

Măcrișul, un posibil remediu în cazul tumorilor

PAGINA 6

Dieta în cuplu are mai mult succes

PAGINA 8

Mare atenție la ingredientele conservelor din carne!

PAGINA 5

17 designeri sătmăreni la Fashion's Night Out

PAGINA 7



Anul XIV Nr. 682

Duminică 10 aprilie 2016

Informația de **Duminică**

Se distribuie împreună cu Informația Zilei

Benjamin Berell Ferencz, o personalitate sătmăreană mai puțin cunoscută



A avut o contribuție esențială în fondarea Curții Internaționale de Justiție

PAGINA 3



S-a stins Mircea Albulescu, o stea a filmului și teatrului din România

PAGINA 3

Londra este unul dintre cele mai costisitoare orașe din lume

Rețeaua imobiliară Savills a publicat recent clasamentul orașelor în care este cel mai scump de locuit și muncit. În fruntea acestuia se află în acest an Londra, care depășește alte capitale considerate scumpe, precum New York și Paris, relatează lefigaro.fr.

O persoană care trăiește la Londra are nevoie de nu mai puțin de 112.800 de dolari pe an, capitala britanică remarcându-se cu o sumă anuală de două ori mai mare decât Sydney, Los Angeles sau Chicago, potrivit calculului rețelei Savills. Podiumul este completat de New York și Hong Kong, urmate, în ordine, de Paris și Tokyo, unde ar fi nevoie de o sumă anuală între 70.000 și 78.000 de euro.

O surpriză o constituie orașul american San Francisco, numit și "City by the bay", care a înregistrat o creștere de peste 15% a costului sederii. Acest progres îl plasează în

fruntea clasamentului viitorului potențial al marilor orașe de pe glob. Și alte orașe sunt promițătoare din acest punct de vedere: Berlin și Dublin profită de dezvoltarea unor cartiere dinamice pentru a încuraja sectorul imobiliar și accede la statutul de "orașe internaționale". În era digitală, cele două capitale europene rivalizează cu alți poli de atracție internaționali, foarte populari în rândul actorilor noilor tehnologii.

Ele nu sunt însă singurele care profită de îmbunătățirea economiei lor locale: Miami, Johannesburg și Mumbai au înregistrat și ele o creștere a prețului vieții, rămânând totuși la costuri imobiliare rezonabile (20.000 — 28.000 de euro). "Productivitatea din orașe și atractivitatea comerțului au un efect important asupra cererii și, prin urmare, a costurilor locuințelor", arată Yolande Barnes, director la Savills.

Românii au o părere bună despre Principesa Margareta

Aproape 40% dintre români au o părere bună și foarte bună despre Principesa Margareta în calitate de Custode al Coroanei Regale a României, relevă un sondaj realizat de INSCOP Research și transmis vineri AGERPRES.

Potrivit sondajului citat, 8,8% dintre români au o părere foarte bună despre Casa Regală a României (față de 10,8% în septembrie 2015 și 13,1% în mai 2014), 35,7% una bună (față de 32,1% în septembrie 2015 și 31,8% în mai 2014), 37,7% nici bună, nici proastă (față de 10,8% în septembrie 2015 și 13,1% în mai 2014), 9,9% proastă (față de 11% în septembrie 2015 și 9,6% în mai 2014), iar 3% foarte proastă (față de 5,3% în septembrie 2015 și 2,2% în mai 2014). De asemenea, 4,8% nu știu sau nu răspund pe acest subiect (față de 6% în septembrie 2015 și 5,6% în mai 2014).

Salonul de fotografie din Carei a reunit 33 de fotocluburi din țară în 1975



PAGINA 2

Profesorul universitar Ion Pop la o jumătate de secol de poezie

Lumea nu s-a schimbat după apariția în 1968 a revistei Echinoc, nici chiar în cei 14 ani în care la conducerea revistei s-a aflat Ion Pop, nu avea cum, dar „regimentul” de scriitori care a apărut și a gravitat în jurul imensei mișcări literare studențești clujene a adus și aduce mari contribuții la dezvoltarea și promovarea literaturii române în țară și străinătate. Așa că, într-un anume fel, lumea s-a schimbat.

Cadru universitar emerit, conducător de reviste literare și de cultură, inclusiv, la un moment dat, director al Centrului Cultural Român din Paris, poet, critic și istoric literar, publicist literar de forță, traducător al operelor unor mari personalități ale literaturii universale contempora-



ne... Ion Pop este din 2015 membru corespondent al Academiei Române.

PAGINA 10

Anul 1965 a însemnat pentru Ieremi începutul carierei ca artist fotograf, debutând cu lucrarea intitulată "La monument", pe care a trimis-o revistei "Ūj Èlet" la rubrica "Albumul fotoamatorilor" pentru îndrumare critică. Imaginea reprezentând opera lui Gheza Vida, "Monumentul Ostașului Român", inaugurat în Carei la 25 octombrie 1964.

În 9 aprilie 1940 naziștii invadau Danemarca

Operațiunea Weserübung – invazia Danemarcei și Norvegiei de către armata germană - a început pe 9 aprilie 1940. În perioada 12 - 15 aprilie, trupele aliate au debarcat în Norvegia, dar după numai două săptămâni germanii cuceriseră țara, iar Aliații au fost nevoiți să-și evacueze trupele.

După invadarea Danemarcei din 9 aprilie 1940, autoritățile germane de ocupație au permis guvernului danez să rămână în funcție. Germanii au avut mai multe motive să facă acest lucru, principalul fiind acela al prezentării opiniei publice un caz de „protectorat model”. De vreme ce guvernul ales democratic rămăsese la putere, cetățenii țării au avut puține motivații să se angajeze în luptă, spre deosebire de cazul norvegienilor, francezilor sau a polonezilor. Evreii au rămas ferm sub protecția guvernului danez, politicienii aleși democratic au rămas în funcții, iar forțele de poliție au rămas sub comanda daneză. Viața de zi cu zi din țară a rămas în linii mari la fel cu cea de dinainte de ocupație. Au apărut anumite schimbări: a fost instituită cenzura oficială, au fost instituite interdicții cu privire la comerțul și legăturile cu Aliații, iar guvernul danez a trebuit să accepte staționarea de trupe germane pe teritoriul național. Guvernul de la Copenhaga a descurajat rezistența violentă, temându-se de represaliile germanilor.

Cu trecerea timpului, din ce în ce mai mulți danezi s-au organizat în grupuri de rezistență. Când germanii au încercat să forțeze autoritățile daneze să semneze pactul anticomintern, în Copenhaga au izbucnit ample demonstrații de protest.

Numărul danezilor cu simpatii naziste a fost scăzut mai înainte de izbucnirea războiului. La alegerile parlamentare din 1943, populația țării a votat în mod covârșitor pentru partidele tradiționale daneze sau au introdus buletine de vot albe în urne. Această ultimă atitudine a fost considerată ca un vot pentru Partidul Comunist, care fusese scos în afara legii în 1941 la ordinele germanilor. Alegerile au fost o mare dezamăgire pentru Partidul Național Socialist Danez, iar imputernicitul german („Reichsbevollmächtigter”) dr. Werner Best nu a încercat niciodată să impună un cabinet condus de liderul nazist danez Frits Clausen.

În primii ani de ocupație, rezistența activă a fost reprezentată cel mult de producerea și distribuția de presă ilegală. Nivelul scăzut al rezistenței naziste l-au determinat pe Winston Churchill să numească Danemarca „Hitler's Pet Canary” (canarul favorit al lui Hitler). După 1941, au fost formate primele rețele de rezistență ale comuniștilor, iar în 1942 a fost formată rețeaua de rezistență BOPA.

În 1942 - 1943, operațiunile rezistenței au devenit active, ajungându-se la primele acte de sabotaj. Mai multe grupuri daneze au luat legătura cu SOE britanic, de la care au primit provizii. Numărul parașutiștilor de materiale pentru rezistența daneză a fost relativ scăzut până în august 1944, dar a crescut în ultima parte a războiului.

Salonul de fotografie din Carei a reunit 33 de fotocluburi din țară în 1975

Fotografii Iosif Ieremi a primit distincția de "Artist" de la Federația Internațională a Artiștilor Fotografi

În 12 aprilie Iosif Ieremi, născut în orașul Carei, ar fi împlinit 90 de ani. A decedat în anul 2013. A fost unul dintre cei mai valoroși artiști fotografi din istoricul fotografiei careiene. El a fost conducătorul mișcării fotografice de masă create și dezvoltate în vederea practicării fotografiei artistice în Carei.

A avut meseria de electrician, din 23 iulie 1963 până la pensionare (1 aprilie 1987) și a lucrat la subunitățile din Carei ale industriei energiei electrice. Aducându-și o contribuție importantă la electrificarea Careiului și a împrejurimilor, a fost printre pionierii care au creat în județul Satu-Mare o ramură nouă a meseriei de electro-energetician, aceea de transport a energiei electrice. De la începutul angajării a participat intens la activitatea cercului foto de la locul de muncă.

Lucrări trimise în Varșovia

Având în vedere dorința sa de a crea fotografii artistice, a participat la intrunirile fotografilor amatori din Carei, care căutau drumul spre realizarea de fotografii artistice. Într-un timp scurt, de-a dreptul exploziv pătrunde pe terenul artei fotografice. Anul 1965 a însemnat pentru el începutul carierei ca artist fotograf, debutând cu lucrarea intitulată "La monument", pe care a trimis-o revistei "Ūj Èlet" la rubrica "Albumul fotoamatorilor" pentru îndrumare critică. Imaginea reprezentând opera lui Gheza Vida, "Monumentul Ostașului Român", inaugurat în Carei la 25 octombrie 1964. În revista "Ūj Èlet", în numărul apărut la 15 august 1965, referitor la imaginea "La monument", se publică următoarele: "Iosif Ieremi a făcut o fotografie excepțional de reușită. A immortalizat momentul de după sărbătoarea de inaugurare, orașul - pe care îl simbolizează fetița - îl ia în posesie, cuprinzând în inima sa noua operă de artă". Fotografia a fost expusă cu ocazia celui de-al cincilea Salon Internațional de Fotografii Artistice al României, unde a primit Cupa Revistei Flacăra. Tot această lucrare a fost trimisă de AAF (Asociația Artiștilor Fotografi) la o expoziție în Varșovia unde a câștigat premiul întâi. Mai târziu, Asociația a mai comandat 30 de exemplare ale acestei fotografii pentru realizarea materialului unei expoziții reprezentative care a fost itinerantă în 30 de țări cu prilejul aniversării a 25 de ani de la proclamarea Republicii Populare Române. În această perioadă fotografiile lui Iosif Ieremi participă la diferite expoziții în Baia-Mare, Târgu-Mureș și în alte orașe și apar în diverse publicații. În anul 1966 artistul a fost primit în AAF. În scurt timp, o altă fotografie, intitulată "Energii", a fost expusă în mai multe expoziții în țară și în străinătate, câștigând numeroase premii și aprecieri artiștilor fotografi. Împreună cu mulți pasionați ai fotografiei - care doreau să realizeze și să dezvolte fotografia artistică în Carei - în vara anului 1967 au înființat Fotoclubul "9 Mai" Carei. În scurt timp, activitatea, la insistența lui Ieremi, a cuprins și realizarea filmelor de amatori schimbându-și numele și structura în Foto-cineclubul "9 Mai" Carei. Acest club și-a stabilit ca obiectiv general, să reflecte mediul înconjurător.



Lucrarea "Energii", a fost expusă în mai multe expoziții în țară și în străinătate, câștigând numeroase premii și aprecierea artiștilor fotografi



A adunat și a concentrat talentele remarcabile în arta fotografică ale orașului și a găzduit persoane interesate de estetica imaginii. La nivelul țării și în străinătate membrii clubului au activat în domeniul realizării imaginilor artistice, în estetica fotografiei, în cercetarea în domeniul istoriei fotografiei, în analiza și critica imaginilor și în foto-jurnalism. În 1970 membrii clubului l-au ales ca președinte pe Iosif Ieremi, care a condus în continuare cu succes clubul timp de 20 de ani până la desființarea sa din 1990. Sub conducerea președintelui Iosif Ieremi, fotografia artistică din Carei a devenit o mișcare de masă recunoscută la nivel național-ridicând considerabil nivelul cultural al orașului. În domeniul fotografiei artistice Careiul a fost printre primele orașe la nivelul întregii țări. După preluarea conducerii foto-cineclubului de către Ieremi, calitatea creației artistice s-a îmbunătățit prin pasiunea celor care făceau din fotografie mai mult decât o simplă poză, ci o adevărată imagine artistică, iar activitatea fotografică a căpătat un caracter de masă. Acest lucru este ilustrat prin numeroasele articole laudative apărute în publicațiile vremii.

În 1972, Asociația Artiștilor Fotografi avea la Carei patru membri

Cu privire la calitatea artistică a resurselor umane ale foto-cineclubului este important de remarcat faptul că, încă din anul 1972 în club existau patru persoane care erau membri în AAF. În aceeași perioadă în orașe mult mai mari din apropiere, situația era următoarea: în Satu-Mare și în Baia-Mare exista câte un membru al AAF, iar Oradea nu avea nici unul! Referitor la numărul membrilor AAF raportat la numărul populației, situația în Carei era de zece ori mai bună decât media pe țară. Și bineînțeles că pe parcursul anilor numărul membrilor AAF a mai crescut. Una dintre activitățile

periodice ale foto-cineclubului a fost organizarea salonului de artă fotografică intitulat "Interclub", din doi în doi ani, cu participarea fotocluburilor din țară. Primul Salon de Artă Fotografică „Interclub” a fost organizat în 1975. Această competiție a fost un eveniment important și unic în arta fotografică din țară, constituindu-se într-un larg schimb de experiență și un prilej în care participanții au înțeles mai bine modul în care trebuie receptată și interpretată arta fotografică.

Realizarea diferitelor diafilme, diaporame, filme de amator și prezentarea acestora la concursuri și festivaluri

În total au fost organizate opt astfel de saloane artistice care au fost caracterizate printr-un nivel calitativ înalt. La aceste saloane au luat parte 33 de fotocluburi din țară, iar numărul participanților s-a ridicat la 850. Fotografiile create de membrii clubului au participat la numeroase expoziții și saloane de artă fotografică naționale și internaționale și multe din ele au fost distinse cu diferite premii. În activitatea clubului era cuprinsă realizarea diferitelor diafilme, diaporame, filme de amator și prezentarea acestora la concursuri și festivaluri. Ieremi Iosif, singur sau cu co-autor, a realizat 17 filme de amatori, multe cu valoarea documentară unică. În acest club mulți fotografi amatori s-au ridicat la un nivel artistic apreciabil, iar aproximativ 20 dintre aceștia au fost primiți în AAF al Republicii Socialiste România. Ieremi este unul dintre cei doi artiști fotografi careieni care au fost primiți în FIAP (Federation Internationale de l'Art Photographique, în Federația Internațională a Artiștilor Fotografi) și a primit distincția de „Artist”. Superioritatea talentului său este demonstrată și de faptul că până prezent în istoria fotografierii din Carei nimeni nu a primit

o distincție mai mare de la FIAP. Foto-cineclubului "9 Mai" din Carei a fost condus de Iosif Ieremi cu deplin succes timp de 20 de ani (între 1970 și 1990), din cei 22 de ani de existență. Această organizație era cea mai reușită de acest fel din Carei și unul dintre cele mai cunoscute și cele mai productive cluburi din cadrul Asociației Artiștilor Fotografi din Republica Socialistă România.

Regretatul său președinte, a avut marele merit de a organiza și de a menține interesul fotografilor pentru club. A fost o prezență vie, dinamică, un bun organizator și sfătuitor, care și-a asumat sarcina de a conduce foto-cineclubul cu multă pasiune și pricepere. Prioritatea lui a fost să urmărească interesele membrilor clubului și pentru asta și-a sacrificat de multe ori și interesele personale. Mișcarea de masă a fotografiei artistice a contribuit substanțial la dezvoltarea culturii și îmbunătățirea calității vieții cetățenilor orașului Carei. După ce Iosif Ieremi a renunțat la conducere, Foto-cineclubul "9 Mai" din Carei se dizolvă. Astfel, timp de 22 de ani, între 1990 și 2012, fotoamatorii din Carei - al căror număr era în creștere continuă, datorită simplificării și reducerii costurilor practicării acestei pasiuni - au rămas fără o îndrumare organizată și competentă pentru ca hobby-ul lor să devină artă. Nici unul dintre artiștii fotografi activi nu a luat inițiativa coordonării celor interesați în arta fotografică. Astfel, artiștii fotografi au lucrat individual sau în grupuri mici, familiale, urmărindu-și obiectivele personale, neîncercând să reinvie activitățile de masă, care au existat în deceniile de după cel de-al doilea război mondial, cu toate că fotocluburile le-au adus prestigiul atât lor cât și orașului, contribuind la viața culturală a acestuia. Este un fapt istoric incontestabil faptul că a trebuit să crească o generație nouă, care după 22 de ani de pauză a putut organiza un fotoclub în Carei.

Inginerul Andrei Cziker

Informația Zilei

ISSN 1222-4715

Director general - D. Păcuraru

Director editor: Ilie Sălceanu

Redactor șef
supliment - Adriana Zaharia
(Informația Zilei de Duminică
și Sănătate și Frumusețe,
Informația TV)

Redacția Satu Mare:

str. Mircea cel Bătrân nr. 15
Satu Mare, cod 440012
Telefon: 0261-767300

e-mail: redactiasm@informatia-zilei.ro

www.informatia-zilei.ro

Benjamin Berell Ferencz a devenit o figură-cheie în constituirea Curții Internaționale de Justiție. După absolvirea facultății, în 1945 a fost numit investigator al crimelor de război naziste după cel de-al doilea Război Mondial și procuror șef al Armatei Statelor Unite. A publicat mai multe cărți despre crime de război și crime împotriva umanității.

Principalul obiectiv al lui Ferencz a fost să stabilească un precedent de legalitate care ar urma să încurajeze o lume mai umană și sigură în viitor.

PERSONALITĂȚI

O mare personalitate sătmăreană puțin cunoscută: Benjamin Berell Ferencz

Wikipedia, the free encyclopedia, prezintă, cu 214 referințe și 12 lucrări bibliografice, în mai multe pagini biografia și activitatea unui sătmărean aproape necunoscut de concetățenii săi contemporani.

Este vorba de Benjamin Berell Ferencz, născut în Satu Mare în 11 martie 1920 într-o familie de intelectuali evrei. La vârsta de 10 luni, familia sa a emigrat în Statele Unite ale Americii și s-a stabilit în Manhattan, New York.

În tinerețe, după ce a obținut o bursă de studii, el a studiat dreptul la Harvard Law School, absolvind în 1943. Încă din perioada studenției, a publicat o carte pe teme de crime de război.

Benjamin Berell Ferencz a devenit o figură-cheie în constituirea Curții Internaționale de Justiție. După absolvirea facultății, în 1945 a fost numit investigator al crimelor de război naziste după cel de-al doilea Război Mondial și procuror șef al Armatei Statelor Unite. A publicat mai multe cărți despre crime de război și crime împotriva umanității.

Principalul obiectiv al lui Ferencz a fost să stabilească un precedent de legalitate care ar urma să încurajeze o lume mai umană și sigură în viitor.

„Nurnberg m-a învățat că crearea unei lumi de toleranță și compasiune ar trebui să fie o sarcină dificilă și pe termen lung. De asemenea, am mai în-

vățat că dacă nu ne vom dedica nouă înșine pentru a dezvolta o reală lume a legalității, aceeași mentalitate de cruzime care a făcut posibil Holocaustul ar putea distruge într-o zi întreaga rasă umană”, a spus Ferencz.

El a fost de părere că denunțarea agresiunii, terorismului și a altor crime împotriva umanității au prea puțin efect atâta timp cât aceste delictive nu devin parte a unui cod criminal acceptat și impus printr-o curte internațională.

Din 1985 până în 1996, el a fost profesor asistent la Universitatea Pace.

Procuror șef în procesul de la Nurnberg

În 1945, Benjamin Berell Ferencz, la doar 27 de ani, a fost numit ca procuror șef în procesul criminalilor de război nazisti (Einsatzgruppen). A adunat dovezi privind genocidul nazist din Germania, la care au luat parte medici, avocați judecătorești, generali, industriași și alții care au jucat un rol de conducere în organizarea sau săvârșirea de brutalități.

Toți cei 22 de acuzați în proces au fost condamnați; 14 au primit sentințe de condamnare la moarte, dintre care patru au fost în cele din urmă executate.

Ferencz s-a stabilit în Germania după procesul de la Nurnberg, împreună cu soția sa. Apoi a participat la programul de reabilitare a victimelor per-



A avut o contribuție esențială în fondarea Curții Internaționale de Justiție

secuției naziste și a luat parte în 1952 la negocierile privind acordul dintre Israel și Germania de Vest privind reparațiile de război. În 1956, s-a întors în SUA unde a practicat avocatura.

Și președinții trebuie să se supună legii

Benjamin B. Ferencz considera că legea trebuie aplicată în mod egal pentru toată lumea, inclusiv pentru președinții americani. Ca răspuns la crimele de război ale Statelor Unite în Vietnam, el și-a dedicat restul vieții înființând

Curtea Penală Internațională care poate acuza oficialii guvernamentali care comit agresiuni sau alte crime de război. În această idee, el a șocat opinia publică atunci când a spus că nu doar Saddam Hussein trebuie adus în fața Tribunalului Penal Internațional, ci și George W. Bush, din cauză că a declanșat războiul din Irak fără aprobarea Consiliului de Securitate al ONU.

„Legea, nu războiul este soluția la cele mai multe dintre problemele noastre, a spus Benjamin Ferencz. Nicolas J. S. Davies, în Global Research, scrie că acest deziderat rămâne nerealizat atâta

timp cât SUA refuză să recunoască jurisdicția Curții Penale de Justiție.

El îi încurajează pe studenți să continue linia de gândire umanistă.

Distincție cu Premiul Erasmus

Așa cum consemnează Wikipedia, în anul 2009, Benjamin Berell Ferencz a fost distins cu Premiul Erasmus, împreună cu Antonio Cassese. Este o recunoaștere a meritelor sale, întrucât acest premiu ce se acordă persoanelor sau instituțiilor care au avut contribuții notabile la cultura europeană, la societate sau în domeniul științelor sociale.

Autor sau coautor de cărți

Benjamin Berell Ferencz a publicat mai multe articole, cărți ca autor și coautor și a acordat numeroase interviuri. Iată câteva dintre lucrările sale: The Search for World Peace; Gale Reference Team; Biography - Ferencz, Benjamin B(erell) Logli, Ch.; Wayback Machine: Ferencz, B.; Benjamin B. Ferencz, A Prosecutor's Personal Account; From Nurnberg to Rome, September 23, 1998; Harvard Law School; Interview with Benjamin Ferencz: Enforcing International Law-A Way to World Peace: Ferencz, B.; Telford Taylor: Pioneer of International Criminal Law; An International Criminal Court-A Step Toward World Peace: A Common Sense Guide to World Peace.

A consemnat V. Nechita

La Biblioteca Județeană au fost prezentate manuscrise inedite ale lui Emil Cioran

În această săptămână s-au împlinit 105 ani de la nașterea scriitorului și filosofului Emil Cioran, momentul fiind marcat la Biblioteca Județeană Satu Mare printr-un eveniment la care a participat dr. Silviu Borș, directorul Bibliotecii „Astra” din Sibiu, care a vorbit despre ediția de opere complete publicată sub egida Academiei Române, dar și despre manuscrisele inedite ale lui Cioran pe care instanța le deține.

Cele 600 de manuscrise ale lui Emil Cioran, în mare parte scrisori către familie și prieteni, au fost donate încă din 1996, de fratele scriitorului, Aurel Cioran. Printre ele se află și câteva scrisori de la Emil Cioran către Constantin Noica, dar și către alți scriitori.

Emil Cioran s-a născut la 8 aprilie 1911, la Râșinari, în comitatul – pe atunci – Sibiu, tatăl său, Emilian Cioran, fiind protopop ortodox, preot în sat și consilier al Mitropoliei din Sibiu – unul dintre cei mai respectați oameni din localitate, iar mama sa, Elvira fiind originară din Veneția de Jos, de lângă Făgăraș, fiică de nobil transilvănean. Cioran pășeste în clasa I la școala generală din satul natal, aceeași unde avea să învețe și Octavian Goga, pe parcursul primelor clase dovedindu-se „deplin responsabil” la purtare morală și „distins” la religie și morală, citire, scrierea corectă,

gramatică, aritmetică-geometrie, fizică-chimie și celelalte.

Continuă învățătura la Liceul „Gheorghe Lazăr” din Sibiu, una dintre școlile de elită ale orașului și atunci și acum. La vârsta de 17 ani devine student al Facultății de Litere și Filosofie din cadrul Universității București, unde a fost coleg cu Constantin Noica și i-a avut profesori pe Tudor Vianu și pe Nae Ionescu.

În această perioadă, Cioran, bun cunosător al limbii germane, i-a studiat în limba lor maternă pe Immanuel Kant, Arthur Schopenhauer, și mai ales pe Friedrich Nietzsche, manifestând o înclinație spre agnosticism, sau cum spunea el ulterior spre „inconveniența existenței”. Începe să fie influențat de operele lui Georg Simmel, Ludwig Klages și Martin Heidegger, precum și de filozoful rus Lev Șestov, care situase întâmplarea în centrul sistemului său de gândire.

În ultimul an al facultății publică articole în periodicele „Calendarul”, „Floarea de foc”, „Gândirea”, „Vremea” și „Azi”, iar după absolvire, în anul 1932, se înscrie la doctorat, în speranța obținerii unei burse în Franța sau în Germania. Un an mai târziu obține o bursă a Fundației Humboldt, care îi permite să continue studiile de filosofie la Berlin, până în 1935, unde intră în contact cu gândirea lui Nicolai Hartmann și a lui Ludwig Klages.

În anul 1934, i se publică în România primul volum, „Pe culmile disperării”, pentru care primește Premiul Comisiei pentru scriitorii tineri needitați și Premiul Tinerilor Scriitori Români. Un an mai târziu îi

este publicată „Cartea amăgirilor”, urmată de „Schimbarea la față a României” – în 1936 și „Lacrimi și sfinți” – în anul 1937.

În anul 1937 pleacă la Paris și rămâne până în 1944

În anul 1937, obține o bursă a Institutului Francez din București și pleacă la Paris, șederea sa aici prelungindu-se până în 1944.

În 1942 o cunoaște chiar la cantina studentească, când lua masa, pe Simone Boué, cea care, fără a-i fi fost soție în acte, i-a stat alături până la plecarea în eternitate a filosofului. Se spune că Simone Boué este cea care, de fapt, a adus un echilibru în viața lui Emil Cioran. În această perioadă începe să scrie „Îndreptar pătimas”, ultima sa carte în limba română, încheiată în 1945, în același an Cioran stabilindu-se definitiv în Franța, în Cartierul Latin din Paris, unde a trăit ca apatrid după retragerea cetățeniei române de către autoritățile comuniste.

În anul 1949, îi apare „Précis de décomposition” („Tratat de descompunere”), prima sa carte în limba franceză, la Editura Gallimard, care va publica apoi majoritatea cărților sale. Volumul îi aduce în anul 1950 Premiul Rivarol, singurul pe care îl va mai primi, refuzând ulterior toate distincțiile și premiile care aveau să îi fie acordate (între care Sainte-Beuve, Combat și Nimier), dar și remunerații de mii de franci.

La mijlocul vieții a părăsit gândirea sistematică și speculațiile abstracte, pentru



Cele 600 de manuscrise ale lui Emil Cioran, în mare parte scrisori către familie și prieteni, au fost donate încă din 1996, de fratele scriitorului, Aurel Cioran

a se consacra unor cugetări profund personale, manifestate și în perioada sa epistolară, în care a cultivat darul conversației cu numeroșii săi prieteni – Mircea Eliade, Eugen Ionescu, Paul Celan, Samuel Beckett, dovedindu-se un excepțional autor al genului.

Însă în anul 1981, venit pentru un colochiu la Râșinari, Cioran avea să o cunoască și să se îndrăgostească de Friedgard Thoma, tânără cu calități extraordinare,

inteligentă, cultă, care preda filosofia la o facultate din Germania și cu care ulterior a întreținut o corespondență intensă bazată pe o admirație intelectuală – și nu numai – profundă și reciprocă, numită ulterior de Cioran „blestemul său indispensabil”.

În 1990, la 79 de ani, Emil Cioran era considerat cel mai important stilist francez al secolului. În ultimii ani ai vieții este chinat de Boala Alzheimer și este internat la Spitalul Broca, un centru renumit din Paris, unde Simone Boué, partenera sa de viață, îl vizitează zilnic, îl îngrijește și îi este alături până în ultima clipă.

Emil Cioran a trecut la cele veșnice la 20 iunie 1995, la vârsta de 84 de ani, și este înmormântat în cimitirul Montparnasse din Paris.

Casa filosofului din comuna natală este acum proprietate privată, pe care se află un bust al filosofului. Anual aici au loc colochiile „Emil Cioran”, iar oamenii din sat îi știu bine viața și păstrează despre el cele mai frumoase legende.

Lada cu manuscrise și documente lăstate de Emil Cioran în grija părinților la plecarea la Paris în 1937, a ajuns peste ani în strada Dealului din Sibiu, pentru ca mai apoi să fie adjudecată, pentru 36.000 de euro, de Laurence Tacou, directoarea Editurii L'Herne, și fiica lui Constantin Tacou, unul dintre bunii prieteni ai lui Cioran. Ulterior colecția a fost cumpărată, cu 507.500 de euro cu tot cu taxe, la licitație, de omul de afaceri de origine română, George Brăiloiu, care a donat-o Academiei Române.

IN MEMORIAM

Ion Dichiseanu a vorbit despre îndrăgitul Mircea Albulescu: "A însemnat foarte mult pentru teatru. A fost unul dintre monștrii sacri. În teatru n-am jucat cu el. A avut o activitate foarte prolifică... a fost scriitor, poet, actor de teatru, de film, de teatru radiofonic... A avut multe activități, era profesor. Există mulți actori care se mândresc că l-au avut profesor și au numai cuvinte de laudă."

S-a stins Mircea Albulescu, o stea a filmului și teatrului din România

Una din personalitățile marcante ale teatrului și cinematografiei din România ultimelor decenii a părăsit scena vieții în dimineața zilei de vineri, 8 aprilie. Mircea Albulescu s-a făcut remarcat atât ca actor de teatru și film, în cadrul proverbialei "Generații de Aur", cât și ca un eminent profesor al UNATC București.

S-a născut la București pe 4 octombrie 1934 și a fost singurul copil al părinților săi. În cartea de identitate este trecut cu numele de Iorgu Albulescu - numele ales de tatăl său, Vasile Albulescu. În certificatul de naștere avea numele Constantin Albulescu - numele nașului, iar în viața de zi cu zi folosea numele Mircea Albulescu - numele ales de mama sa.

Tatăl său, Vasile, era român din Vlașca, a studiat la Conservator și era dirijor de fanfară militară, iar mama sa era o poloneză frumoasă, pe nume Olga Tempinski. Aceasta a fost catolică, iar în toată copilăria sa l-a dus, duminică de duminică, la Biserica Bărăția, unde a început să dorească să devină ministru, adică unul dintre băieții care participau la slujbă și ajutau preoții. Acest lucru nu era posibil, el fiind ortodox, asemenea tatălui.

S-a căsătorit la vârsta de 22 ani cu Maria și în urma căsniciei de peste 50 ani, a rezultat un fiu, Matei. Soția sa a decedat în anul 2007. Actorul are și un nepot, Vladimir. La 75 de ani, de dragul nepotului său a învățat engleză și să lucreze pe calculator, având propria pagină de internet. Actorul a făcut școala primară la Liceul „Sfântul Andrei”, unde la acea vreme predau călugări din Germania și se învăța intens limba germană. Această educație l-a ajutat să aibă înclinație către ordine și disciplină.

Teatrul radiofonic era preferatul său

A lucrat ca artist-amator la Ateneul Popular, a fost figurant în Corpul de ansamblu al câtorva teatre din București, iar după 1950 a fost angajat la Teatrul Național București. A absolvit Școala Medie de Arhitectură în anul 1952, cu diplomă de Conducător Arhitect, iar apoi și Institutul de Artă Teatrală și Cinematografică din București în 1956, la clasa profesoarei Aura Buzescu, unde a fost coleg și bun prieten cu actorul Amza Pellea.

A jucat în sute de piese pe scenele Teatrului Municipal din București, Teatrului de Comedie și Teatrului Național din București și a avut peste 70 de roluri în film. A interpretat roluri memorabile în teatrul radiofonic, pe care-l considera cea mai prodigioasă dintre activitățile sale artistice și care a constituit subiectul tezei sale de doctorat. Despre Teatrul Național Radiofonic, în care a întrucipat peste 300 de personaje, spunea: "Dacă 1000 de oameni ascultă... fiecare „vede” altă piesă. Este receptorul cel mai creator." Timbrul vocal aparte l-a avantajat în acest mediu.

Rolul cel mai drag i-a fost cel din piesa "Danton" de Camil Petrescu. La premiera piesei pe scena Teatrului Național din București, Dinu Săraru a scris: "Mircea Albulescu - în Danton - o creație unică, ilustrând dezlănțuirea unui talent unic. Un moment de referință în teatrul românesc modern".



Mircea Albulescu s-a făcut remarcat atât ca actor de teatru și film, în cadrul proverbialei "Generații de Aur", cât și ca un eminent profesor al UNATC București

Un mare actor de film

Mircea Albulescu a jucat în multe dintre filmele regizate de Sergiu Nicolaescu (Dacia - 1967, Mihai Viteazul - 1970, Zile Fierbinți - 1975, Revanșa - 1978, Pentru Patrie - 1978, Nea Marin Miliardar - 1979, Mihail, câine de circ - 1979, Capcana Mercenarilor - 1980, Wilhelm Cuceritorul - 1982, Viraj periculos - 1983, Ziua Z - 1985, Noi, cei din linia întâi - 1986) și aproape toate filmele lui Mircea Veroiu (Somnul Insulei - 1994, Semnul șarpelui - 1981, Mania - 1977, Șapte zile - 1973, Scrisorile prietenului - 1997, Dincolo de pod - 1976, Artista, dolarii și ardelenii - 1980, Craii de Curtea Veche - 1995).

A avut roluri importante în filme regizate de: Francis Ford Coppola (Youth Without Youth - 2007), Radu Gabrea (Prea mic pentru un război atât de mare - 1970, Dincolo de nisipuri - 1973, Rosenemil - 1993), Manole Marcus (Actorul și sălbaticii - 1975), Mircea Daneliuc (Cursa - 1975, Ediție Specială - 1980), Alexa Visarion (Înghițitorul de săbii - 1981), Nicolae Mărgineanu (Flăcări pe comori - 1987, Un om în Loden - 1979.), Nicolae Breban (Printre colinele verzi - 1971), Dinu Tănase (La capătul liniei - 1982), Mircea Drăgan (Columna - 1968, Brațele Afroditei - 1978), Mircea Moldovan (Totul se plătește - 1986), Andrei Blaier (Momentul adevărului - 1989).

Este și autorul unor volume de versuri - "Vizite", "Pajura singurătății", "Flutur în leasă de aur", "Clanțe", "Ultimele noduri" - și proză: "Bilete de favoare", "Baraka" și "Bazar sentimental".

A fost membru al Uniunii Ziariștilor și doctor în arte. Timp de doi ani a fost secretar de stat la Ministerul Culturii. A primit "Ordinul Meritul Cultural" și "Ordinul Serviciul Credincios" în grad de Comandor.

În perioada 1985-2005, a fost profesor la Universitatea de Artă Teatrală și Cinematografică din București, printre studenții săi numărându-se: Adrian Titieni, Irina Movilă, Florin Piersic jr., Elvira Deatcu, Manuela Hărăbor și Dra-

goș Bucur.

În 2005 a primit Premiul pentru întreaga activitate la Gala UNITER. Din anul 2011 are o stea care-i poartă numele pe Aleea Celebrităților din Piața Timpului, alături de alte personalități ale vieții culturale românești: Florin Piersic, Victor Rebengiuc, Radu Beligan, Amza Pellea (postum), Maia Morgenstern, Alexandru Tocilescu, Tamara Buciuceanu-Botez, Ileana Stana Ionescu, Draga Olteanu Matei și Sebastian Papaiani.

Într-o emisiune de televiziune marile actor mărturisise: "Aștept moartea, sunt tot mai aproape de ea, e cea mai grea așteptare. Soția mea a încetat din viață acum câțiva ani, dar de ceva vreme o simt tot mai des prin casă, mă ceartă adesea, că sunt dezordonat, că de ce pun aia acolo sau dincolo. Poate că e tot mai prezentă pentru că mă apropii și eu de lumea de dincolo, de lumea ei", adăugând "E bine în viața asta, ca actor, să dispari când trebuie, cât ești pe val".

Medeea Marinescu: "Odată cu el dispăre o lume"

Actrița Medeea Marinescu a declarat că Mircea Albulescu i-a fost profesor, dar și că au jucat împreună în cadrul a două spectacole, aceasta fiind profund întristată de vestea că actorul a decedat, vineri, la vârsta de 81 de ani. "A murit un mare actor... și sunt foarte afectată de asta", a declarat Medeea Marinescu cu privire la trecerea în neființă a maestrului.

"Primul rol care mi-a venit în minte, când am aflat că nu mai este, a fost rolul din «Cel mai iubit dintre pământeni». Întâmplarea face ca filmul să fie revăzut de curând. Dar îmi vin și alte roluri în minte... «Înghițitorul de săbii» și multe altele din teatru sau din film".

Amintindu-și despre momentele în care l-a cunoscut și a jucat cu Mircea Albulescu, Medeea Marinescu a spus: "L-am cunoscut de când eram în facultate, era profesor la clasa mea... Apoi l-am cunoscut în Teatrul Național am jucat în două spectacole împreună, «An-

na Karenina» și «A patra soră». "Odată cu el dispăre o lume și îmi pare nespuse de rău", a încheiat actrița.

Florin Zamfirescu: "O forță, un model"

Actorul Florin Zamfirescu i-a compus un "laudatio" maestrului Mircea Albulescu, care a decedat, vineri, la vârsta de 81 de ani, declarând că marele actor era "un taifun, un vulcan, un monstru sacru cu spiritul frământat, viu".

"Am jucat mult alături de Mircea Albulescu, era un model, era o forță, era un mare actor, face parte din pleiada generației de aur a teatrului și filmului românesc. Mi se părea indestructibil, am vorbit la telefon în ultima perioadă, dar nu se plângea, totuși eu îl simțeam bolnav. Era un bun amic, își amintea totdeauna de cei cu care a lucrat, avea relații, era foarte iubit, recunoscut, admirat. Am ieșit cu el în lume, în public și toată lumea îl iubea. A lăsat roluri grandioase în filmul românesc. Teatrul e efemer, dar în film poate fi văzut zeci, sute de ani de-acum încolo. El e din pleiada marilor actori, de la Nottara încoace, alături de Nicolae Bălățeanu, Giurgaru, George Constantin, Cozorici, foști colegi ai săi, monștrii sacri. Niciun cuvânt de rău despre Mircea, monstrul sacru. Făcea teatru radiofonic, era regizor, era un spirit frământat, viu, dar pe de altă parte, ancorat în realitate, a fost profesor universitar de teatru. El spunea că trebuie să dispară pe val, el nu s-a retras în reclusiune să aștepte sfârșitul, el a reacționat, a activat, a existat până la capăt.", a spus actorul Florin Zamfirescu.

Ion Dichiseanu: "Mă uitam la el ca la Dumnezeu"

Ion Dichiseanu a vorbit despre îndrăgitul Mircea Albulescu: "A însemnat foarte mult pentru teatru. A fost unul dintre monștrii sacri. În teatru n-am jucat cu el. A avut o activitate foarte prolifică... a fost scriitor, poet, actor de tea-

tru, de film, de teatru radiofonic... A avut multe activități, era profesor. Există mulți actori care se mândresc că l-au avut profesor și au numai cuvinte de laudă. Era un mare artist". De asemenea, Dichiseanu a spus că Albulescu a fost un adevărat artist, în care talentul se îmbina cu temperamentul nobil.

"Iar despre el ca om - am colaborat cu el în câteva filme - era deosebit, rafinat, de o noblețe sufletească cum rar întâlnești. Nu avea trăsături precum egoismul sau invidia. A fost un om de mare calitate. E o mare pierdere și mai avea multe de spus la vârsta asta... îmi pare nespuse de rău. Era mai mare decât mine cu trei ani. Mă uitam la el ca la Dumnezeu, deja juca în filme... Speram s-ajung ca el. Apoi am avut bucuria să joc cu el în «Războiul de Independență»", a adăugat Dichiseanu.

Moartea soției l-a afectat foarte mult

Potrivit apropiaților săi, problemele cu inima de care a suferit Albulescu se trag de la moartea soției sale, care a pierdut lupta cu cancerul.

"După mai bine de cincizeci de ani de conviețuire, primul gest neprietenos pe care l-a făcut nevastă-mea a fost să moară înaintea mea. Am fugit de acasă vreo opt luni, pentru că nu mai puteam suporta. Fiecare colțișor îmi amintea de ea... În acest răstimp, am chemat meșterii care mi-au schimbat totul în casă", declara el în 2010.

După moartea soției sale, marele actor nu și-a refăcut niciodată viața și s-a înstrăinat chiar și de apropiați.

"De inimă rea s-a îmbolnăvit. El a suferit îngrozitor după moartea soției. Știa că se va întâmpla acest lucru încă de când doamna Albulescu a fost diagnosticată. Însă, a făcut tot ceea ce i-a stat în putință să o salveze. Dânsul s-a închis mult în el după moartea soției și nu a mai dat voce niciunei femei să se apropie de el, deși admiratoarele încă are destule. A iubit-o enorm, iar de atunci s-a schimbat mult. Și-a îndepărtat și prietenii și nu a mai vrut să mai primească pe nimeni în casă, înafară de fiul său. Are și acum un altar în memoria soției, în care tronează zeci de poze, dar și câteva candelă. Înainte, când își făcea să mănânce, mai puneau un tacâm la masă. Așa a fost obișnuit atâția ani și nu putea să ducă lingura la gură altfel", a declarat un apropiat al maestrului.

Despre căsnicia sa actorul a declarat: „În ultimii ani, a avut o înfiorătoare suferință, stătea pe un pat și devenise un cadavru viu. Nu pe toți ne iubește Dumnezeu atât de tare, încât să ne ia fulgerător de aici. Despre iubire vorbind, după părerea mea, este un Everest al durerii. Nu cred în iubirile fericite, zglobii, haida-hopa, hopa-topa, uite-așa. O iubire este un lucru extraordinar de greu și de important și, de aceea, oamenii care au parte de asemenea sentimente sunt verticali, pentru că ea este o greutate ce îți se atarnă de picioare și-ți dă verticalitate. Eu cred că pentru fiecare om este mai important drumul decât a ajunge la țintă. Ajungerea la țintă compune în alchimia acestui moment și puțină tristețe. În clipa aceea trebuie să cauți un alt drum, trebuie să cauți o altă țintă ca să-ți păstrezi viața, tonusul și rostul pe lume. Toate gândurile pe care le avem în legătură cu un rol, cu un spectacol, nu toate se transpun până la urmă în spectacol și unele valori rămân afară. Eu sunt un om care nu are memorie, eu țin minte stări".

A consemnat Vasile A

Având un puternic efect antiinflamator, fructoboratul ajută la controlul procesului inflamator deoarece el poate diminua producția crescută de mediatori (enzime) specifici ai inflamației.

SĂNĂTATE

CardioBor, un produs naturist de la Hypericum pentru sănătatea inimii

Pentru organismul uman microelementele, printre care și Borul joacă un rol important atât datorită integrării lor în enzimele numite metalo-dependente, cât și datorită rolului de catalizator în reacțiile biologice specifice.

Fructoboratul de calciu este un complex organic al borului care se găsește în fructe și legume în mod natural. Este un complex format din calciu, fructoză și bor. Formula moleculară arată că fructoboratul natural este o sare de calciu organică a borului cu 2 molecule de fructoză. Fructoboratul de calciu este singura formă alimentară a borului care este sigură, stabilă, non-toxică și biodisponibilă, cu activitate biologică benefică pentru sănătate.

Una din proprietățile cele mai importante ale fructoboratul de calciu o reprezintă efectul benefic asupra metabolismului calciului, magneziului, fosforului și vitaminei D cu implicații pozitive asupra metabolismului oaselor, asupra menținerii homeostaziei hormonilor steroizi și asupra menținerii densității osoase normale, contribuind la prevenirea și inversarea resorbției osoase, reducând riscul de osteoporoză.

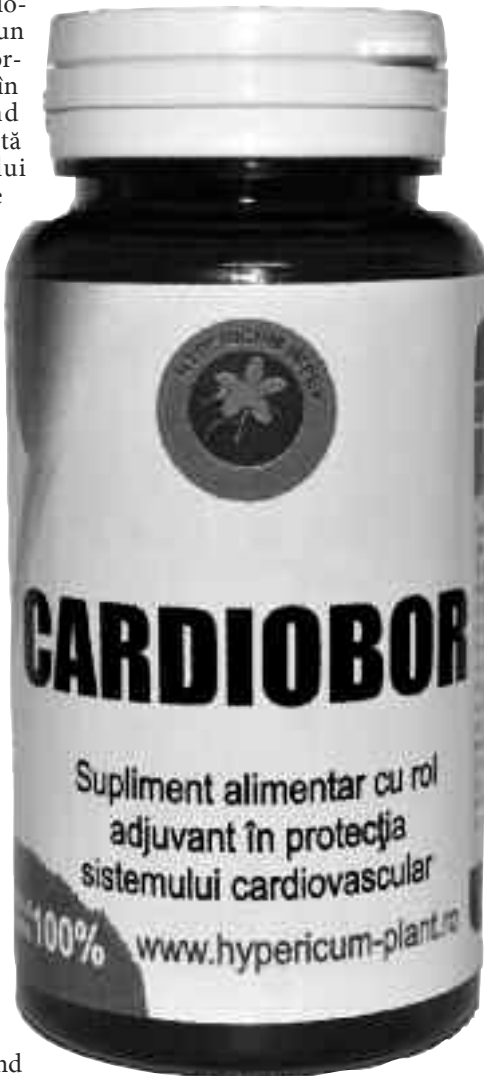
Fructoboratul de calciu este activ în mecanismul de protecție contra oxigenului reactiv celular, el stimulează activitatea unor antioxidanți na-

turali (superoxidismutaza, ceruloplasmina, vitamina C) și este un agent antisclerotic foarte important, având acțiuni favorabile în bolile cardiovasculare. Având această proprietate antioxidantă previne oxidarea colesterolului LDL (rău) devenind un mijloc de stopare a evoluției aterosclerozei.

Având un puternic efect antiinflamator ajută la controlul procesului inflamator deoarece el poate diminua producția crescută de mediatori (enzime) specifici ai inflamației.

Acționând în sensul reducerii reacțiilor inflamatorii, fructoboratul de calciu remediază vătămarile peretelui arterial intervenind pozitiv în procesul antiinflamator, reduce posibilitatea apariției zonelor cu inflamații ale vaselor de sânge reducând posibilitatea acumulărilor de depozite lipidice (plachetare) în aceste zone, dovedind acțiunea sa favorabilă în diminuarea procesului antisclerotic.

Fructoboratul de calciu are efecte benefice asupra metabolismului lipidelor, scade nivelul colesterolului sanguin crescut peste limitele normale. Dieta îmbogățită cu fructoborat de calciu a dus la reducerea valorilor colesterolului total, influențând



benefic starea pacienților cu dislipidemie, afecțiuni de metabolism și cardiovasculare. De asemenea, a fost observată influența fructoboratul de calciu asupra metabolismului acidului uric determinând o reducere a valorii acestuia.

Formularea farmaceutică a produsului CardioBor de la Hypericum în baza studiului clinic pilot efectuat la Centrul de Cardiologie, a Universității din Craiova, condus de Dr. Constantin Militaru, se bazează pe studiul combinației fructoborat de calciu și resveratrol, cu efecte sinergice asupra stării clinice și biologice a pacienților cu angină pectorală și alte afecțiuni cardiovasculare. În acest sens fructoboratul de calciu vine în sprijinul resveratrolului protejându-l. Fructoboratul de calciu devine un stabilizator pentru resveratrol împotriva degradării acestuia în tractul digestiv. De asemenea, s-a dovedit că sinergismul pozitiv al fructoboratul de calciu cu resveratrolul, duc la îmbunătățirea eficacității biologice ca agenți antioxidanți și antiinflamatori.

Recomandări:

- mărește rezistența la efort și tonifică mușchiul cardiac
- întărește mușchiul cardiac, arterele și circulația coronariană, îmbunătățind transportul sângelui
- reduce semnificativ episoadele de criză de angină pectorală
- mărește capacitatea de oxigenare a inimii prin îmbunătățirea fluxului

sanguin

- scade tensiunea sanguină prin relaxarea și dilatarea arterelor
- reduce nivelul colesterolului, menține echilibrul între colesterolul bun și rău (HDL și LDL)
- scade nivelul trigliceridelor
- previne apariția aterosclerozei
- îmbunătățește rezistența pereților vaselor sanguine
- blochează procesele degenerative la nivelul sistemului nervos central, prevenind îmbătrânirea prematură
- scade necesitatea consumului de nitroglicerina.

Produsul se găsește la cele două magazine Hypericum din municipiul Satu Mare:

Str. Drumul Careiului, nr. 4-5
Tel: 0261 740 121

Str. Ștefan cel Mare, nr. 5
Tel: 0261 716 450

Producător:
HYPERICUM IMPEX S.R.L.

Sediul: Baia Sprie, str. Gutinului, nr. 3A, Maramureș, România
Tel/fax: 0262 271 338 ; 0262 372 695
Tel comenzi: 0262 263 048
E-mail: office@hypericum-plant.ro sau hypericumimpex@yahoo.com
Pentru mai multe informații cu privire la produsele noastre și pentru oferte, vă rugăm să accesați site-ul: www.hypericum-plant.ro

Asociația pentru Protecția Consumatorilor atrage atenția asupra ingredientelor folosite la conservele din carne

25% dintre conservele din carne analizate conțin carne separată mecanic, adică țesut muscular, cartilajii, vase de sânge, nervi, țesut conjunctiv și sunt aditivat cu caragenan (agent de îngroșare), carmin, monoglutamat de sodiu și nitrit de sodiu este concluzia unei cercetări realizată de specialiștii Asociației pentru Protecția Consumatorilor din România.

Studiul a fost realizat pe 60 de sortimente de conserve de carne din marile structuri comerciale și face parte din Campania Națională de Informare și Educare: "Hrană sănătoasă - o investiție pe termen lung în sănătatea noastră". Prin această campanie, APC dorește să promoveze un stil de viață sănătos și să tragă un semnal de alarmă în privința unor produse alimentare bogate în sare, zahăr și grăsimi și a unor aditivi alimentari care prezintă un risc ridicat asupra sănătății consumatorilor.

O primă concluzie a cercetării arată că multe din produsele alimentare pe bază de carne vândute în România nu sunt etichetate corespunzător sau nu conțin ingredientele corecte. După tipul de carne folosit în conservele analizate, situația se prezintă astfel: 43% conserve din carne de porc; 25% conserve din

carne separată mecanic; 24% conserve din carne de vită; 8% conserve din carne de pui/pasăre. La conservele din carne de porc, cantitatea de carne, inclusiv cea separată mecanic, variază între 23% și 95%, la cele din carne de vită, între 50% și 92% și la conservele din carne de pui, variază între 48% și 80%.

La 25% dintre conservele analizate s-a folosit carne separată mecanic. Începând cu anii 1960, produsele secundare/subprodusele, mai apoi chiar resturile din industria cărnii au început să fie folosite tot mai curajos în variante comercializabile, întâi ca produse pentru animale de companie și de casă, apoi chiar în variante destinate consumului uman. Specialiștii spun că și această categorie de materiale comestibile din zona industriei cărnii trebuia să aibă un nume așa că a fost numită, sugestiv, carne separată mecanic, cu echivalentele sale în diferitele limbi străine.

De asemenea, autorii studiului precizează că ingredientele produselor alimentare trebuie menționate în ordinea descrescătoare a cantității lor. Astfel, la 88% din produsele analizate, primul ingredient este reprezentat de carne, inclusiv de cea separată mecanic, în timp ce numai la 12% dintre produse, primul ingredient este reprezentat de apă. Pe de altă parte la 25% dintre produsele analizate, cel de-al treilea ingredient este reprezentat de către șorici, în proporție de 15% de către apă, 13% de către

amidon, 10% - proteine din soia și în proporții variabile de către sare, gelatină, untură, grăsimi porc, carne pasăre, condimente, organe de porc, aditivi alimentari și condimente. Concluzia cercetării arată că apa, substanțele de îngroșare naturale și artificiale au cantitate destul de mare, ceea ce denotă o calitate scăzută a majorității produselor de acest tip.

A fost analizat și conținutul de sare din acest tip de produs și impactul acesteia asupra bolilor cardiovasculare. Conținutul de sare per 100 grame produs din conservele analizate variază între 1,3 grame și 2,7 grame. Deci, dintr-o conservă de 300 grame putem asimila între 3,9 grame sare și 8,1 grame sare. Persoanele care consumă o cantitate de sare mai mare decât media au o presiune sanguină mai mare și au un risc crescut de hipertensiune arterială. Consumul excesiv de sare a mai fost pus în legătură și cu alte afecțiuni agravate de retenția de apă provocată de sare: insuficiență cardiacă, hipertrofia ventriculară stângă, afecțiuni ale rinichilor și litiază renală, edemul, accidentul vascular cerebral, osteoporoză etc. Un adult are nevoie de 1,6 grame de sodiu zilnic, pe care și-l procură dintr-o linguriță rasă de sare.

Nu în ultimul rând 90% din conservele analizate conțin aditivi alimentari, adică E-uri, de la 1 aditiv alimentar până la 9 aditivi alimentari.

REȚETE

Pe nedrept neglijat în ultima perioadă de consumatori și de cultivatori, măcrișul rămâne una din plantele legumicole valoroase atât prin calitățile sale culinare cât și pentru cele medicinale și pretențiile modeste față de climă și sol. Măcrișul este un posibil remediu în cazul tumorilor maligne sau benigne. În România întâlnim mai multe varietăți, dintre care cele mai importante sunt *Rumex acetosa* (măcrișul mare) care are valoare culinară și se cultivă, și *Rumex acetosella* (măcrișul mărunt sau măcrișul iepurelui), *Rumex crispus* (dragavei, sau ștevie creață), *Rumex alpestris* (măcriș ciobănesc) și *Rumex scutatus* utilizate îndeosebi în medicina populară.

Măcrișul, un posibil remediu în cazul tumorilor

Pe nedrept neglijat în ultima perioadă de consumatori și de cultivatori, măcrișul rămâne una din plantele legumicole valoroase atât prin calitățile sale culinare cât și pentru cele medicinale și pretențiile modeste față de climă și sol. Măcrișul este un posibil remediu în cazul tumorilor maligne sau benigne.

În România întâlnim mai multe varietăți, dintre care cele mai importante sunt *Rumex acetosa* (măcrișul mare) care are valoare culinară și se cultivă, și *Ru-*



mex acetosella (măcrișul mărunt sau măcrișul iepurelui), *Rumex crispus* (dragavei, sau ștevie creață), *Rumex alpestris* (măcriș ciobănesc) și *Rumex scutatus* utilizate îndeosebi în medicina populară.

Frunzele măcrișului conțin fier, vitamine, și foarte mult acid oxalic, ceea ce îi conferă un gust acru, astringent. Frunzele se prepară în același mod ca și spanacul sau ștevia, gustul caracteristic făcându-l potrivit pentru supe, borșuri, piureuri sau pentru a sorta în special preparatele de miel. Rădăcina de măcriș are un gust dulce-acrișor și se folosește în cure de detoxifiere și în tratamentul unor afecțiuni ale ficatului. Preparatul se obține prin măcinarea rădăcinii și se consumă ca atare sau sub formă de decoct. Poate fi folosit și în tratamentul unor boli de piele și chiar al tumorilor maligne sau benigne. Trebuie precizat că o cură durează în medie câteva luni. Datorită conținutului ridicat de acid oxalic, măcrișul este contraindicat persoanelor care suferă de reumatism sau de afecțiuni renale.

Supă cu spanac și măcriș

Este un preparat sănătos, gustos și ușor de pregătit. Avem nevoie de o jumătate de kilogram de frunze spanac, o jumătate de kilogram de frunze de măcriș, o ceapă mare, o jumătate de litru de lapte, un pahar mic de smântână, o lingură de făină, ulei, sare, piper.

Ceapa se taie solzișori și se călește în puțin ulei. Când se îngălbenește se adaugă o lingură de făină, se amestecă bine și se stinge cu un litru de apă. Se sărează după gust și se adaugă laptele. Când dă în clocot, se adaugă măcrișul și spanacul tăiate mărunt. Se lasă să fiarbă și se ia de pe foc după câteva minute. Se drege cu smântână și se poate servi caldă sau rece.

Ciorbă de măcriș

Ingrediente necesare: două gramezi potrivite de frunze de măcriș, 1 - 2 linguri de untură, 1 - 2 ouă, o ceașcă de smântână, sare și zahăr.

După ce frunzele de măcriș sunt alese și spălate se lasă la scurt timp în care într-o oală se pune la încins untura. Apoi se adaugă măcrișul și se prăjește până ce primește culoarea galbuie-maronie. Se adaugă 1 - 1,5 litri de apă și se lasă să dea câteva clocote, timp în care se adaugă sare și zahărul, în funcție de gust, ca zeama să rămână dulce acrișoară. În vreme ce măcrișul fierbe se bate oul cu smântâna. Când oala este luată de pe foc se adaugă dresura și se învârtă în oala cu zeamă. Se poate consuma caldă sau rece.

Text selectat și prelucrat de Ioan A.

Cartofi cu ciuperci, la cuptor



Aveți nevoie:

1 kg de cartofi (se recomandă cartofi cu coajă albă, dar nu în mod obligatoriu), 400 g ciuperci champignon (eventual pleurotus sau ciuperci de pădure), o ceapă, sare, piper, bază pentru mâncăruri, ceapă verde, câteva fire de cimbru proaspăt la servire.

Mod de preparare:

Cartofii tăiați bucăți mai mărișoare se fierb pe jumătate în apă condimentată, apoi se strecoară. Ciupercile se taie bucăți, în așa fel, încât să fie cât mai apetisante. Ceapa (nu și cea verde!) mărunțită se călește în ulei, apoi se adaugă ciu-

percile și se călesc și acestea. Se adaugă cartofii fierți, se condimentează după gust, se amestecă, apoi toată compoziția se pune într-o tavă, sau într-un vas termorezistent și se pune pentru circa 20 de minute în cuptorul preîncălzit. Când se scoate de la cuptor, se presară cu ceapa verde mărunțită, dar dacă sunt persoane care doresc ca verdețurile să rămână cât mai proaspete, ceapa se poate pune și în farfuria, la servire, apoi se ornează cu câte un fir de cimbru proaspăt.

Dulceață din flori de salcâm



Aveți nevoie:

500 gr flori de salcâm, cantitate cântărită după ce florile sunt îndepărtate de pe ciorchină (în curând se vor găsi din belșug), 500 ml de apă, 500 g de zahăr, o lămâie de mărime medie, 1 - 2 batoane de scorțișoară - opțional.

Mod de preparare:

Spălăm bine florile de salcâm în apă rece și înlăturăm chiorchinele, astfel încât să rămână numai florile. Le lăsăm deoparte să se scurgă. Într-un vas punem apa și zahărul și fierbem până se formează un sirop. Îndată ce am obținut siropul,

adăugăm în vas florile de salcâm și batoanul de scorțișoară. Punem zeama de lămâie iar coaja o tăiem cubulețe și, de asemenea, o adăugăm în dulceață. Lăsăm să fiarbă până se îngroașă și devine ca miera. Gustăm pentru a verifica dacă florile sunt moi și pătrunse de sirop (vor deveni transparente). Umplem borcanele spălate în prealabil cu apă fierbinte și uscate cu dulceața fierbinte, le punem capac și le lăsăm să se răcească așezate invers, pe capac, pentru a nu pătrunde aerul. Dulceața astfel obținută se poate păstra chiar și 2 - 3 ani.

Clătite cu gem, pentru post



Aveți nevoie:

250 g făină, o linguriță de bicarbonat alimentar, circa 300 ml apă de masă carbogazoasă, 2 linguri de zahăr, un plic de zahăr vanilat, 50-70 ml de ulei, un borcan de gem de caise, sau orice alt gem, după preferință.

Mod de preparare:

Se amestecă făina, bicarbonatul, zahărul și zahărul vanilat, apoi treptat se adaugă apa carbogazoasă, amestecând în

continuu, până când se obține consistența unui aluat normal pentru clătite, care se prăjesc apoi în mod clasic, într-o tigaie unsă cu câteva picături de ulei, sau într-o tigaie antiaderentă. Pentru a prepara un desert de post, ca umplutură se folosește gemul, sau bucăți de compot de fructe, dar se pot umple și cu diverse creme de post, sau eventual cu fructe proaspete în miere. Se poate orna cu sirop de cacao, topping de fructe sau cu frișcă vegetală (nu în mod obligatoriu).

Supă de fasole cu bulion



Aveți nevoie:

300 g de fasole uscată (dacă se poate, cu boabe mari), 3 linguri de făină, 4-5 linguri de ulei, sare, boia de ardei dulce (se poate și un pic de boia iute), delicat (de casă) sau 1-2 linguri de piure de zarzavaturi, 700 ml de bulion sau 4-5 linguri de pastă de roșii.

Mod de preparare:

Fasolea curățată și spălată se lasă câteva ore la înmuiat, în apă ușor caldă. Se strecoară și se pune la fiert în apă caldă, foarte puțin sărată. Când boabele sunt aproape fierte, din făină și ulei se prepară

un rântaș slab, foarte puțin prăjit, iar când se ia de pe foc se adaugă boiaua (dulce, iute, după gust). Rântașul se adaugă la supa aflată în clocot, apoi se condimentează. Se adaugă și sucul de roșii și se mai lasă puțin la fiert. Dacă se folosește pastă de roșii, aceasta, înainte de a fi pusă în supă se dizolvă cu puțină zeamă fierbinte. Se condimentează. Se poate servi cu ardei iute, sau ornat cu frunze de pătrunjel. Dacă nu postiți, la servire se poate adăuga și puțină smântână.

Rubrică realizată de Eva Laczko

Fashion's Night Out (FNO) a ajuns la cea de-a cincea ediție și este un eveniment de anvergură în care sunt implicați 30 de manechini, 17 colecții și zeci de creații senzaționale.

MODĂ

17 designeri sătmăreni la Fashion's Night Out



Cel mai important eveniment de modă din nord-vestul țării îi reunește la ediția din acest an pe cei mai apreciați 17 designeri vestimentari din Satu Mare și județele învecinate.

Fashion's Night Out (FNO) a ajuns la cea de-a cincea ediție și este un eveniment de anvergură în care sunt implicați 30 de manechini, 17 colecții și zeci de creații senzaționale.

Evenimentul are loc sâmbătă, 9 aprilie, începând cu ora 18:00. Prezentarea va fi făcută de către reporterul Adriana Tivadar și creatoarea Alexandra Catargiu. De asemenea colegele noastre Ioana Vladimirescu și Ioana Zaharia, realizatoare a mai multor emisiuni difuzate de Informația TV, vor participa la eveniment în calitate de special guest. Ele vor defila pe podium în colecția prezentată de Cosmin Mureșan și David Sebastian - CM Creation de Mode. Informația Zilei și Informația TV sunt parteneri media ai evenimentului.

Redăm mai jos detalii despre colecțiile ce vor fi prezentate în cadrul Fashion's Night Out:

1. Inedit

Brandul Inedit propune atât ținute casual, chic, cât și creații vestimentare destinate evenimentelor atât femeilor cât și bărbaților. Ținutele dedicate femeilor sunt alcătuite din dantelă, printuri geometrice și florale care completează o vi-

ziune pozitivă, proaspătă, plină de farmec și naturalețe. Linia masculină a colecției este alcătuită din ținute de zi lejere, în tonuri îndrăznețe sau pastelate, animate de caroiajele inspirate de interpretările actuale ale stilului dandy.

2. Atelier Cris Fashion (Cristina Mureșan)

Colecția 'RAINBOW TOUCH' by Cristina Mureșan este formată din rochii și salopete într-o culoare dar care devin speciale prin elementele colorate, care dau farmec întregii colecții.

3. Karra Launi (Larisa Cădar)

Colecția "Vibes" by Karra Launi propune pentru anul acesta rochii de seară în culori vibrante și culori pastelate fiind executate cu diferite drapaje din material dând o notă excentrică rochiei, mărgelile și pietre sau diferite dantele care conferă feminitate și delicatețe.

4. Adalin

Adalin a adus costumelor un aspect de noutate îmbinată armonios cu eleganță clasică. Brandul Adalin se adresează bărbatului care ține la imaginea personală, propunând creații care vor să accentueze nu doar aspectul fizic al purtătorului, ci și personalitatea acestuia.

5. Diva by Liana Szilagyi

În acest sezon Diva by Liana Szilagyi v-a pregătit Colecția 15 Shades of Diva, inspirată de femeia urbană care excelează prin grație, stil și senzualitate. Liana do-

rește să pună accent prin această colecție pe rafinamentul feminin.

6. CM - creation de mode - Cosmin Mureșan

"Față care a vorbit cu tăcerea ierbii" este ultimul act al "Trilogiei Divelor", un proiect vestimentar semnat de Cosmin Mureșan pentru "CM - creation de mode". Colecția este una feminină, aparent simplă, cu accente retro.

7. Diana Breban

Colecția WORK a fost făcută cu multă dăruire, plăcere și pasiune. Rochii de gală, voaluri de mătase și dantelă.

8. Spencer by Ciprian Crăciun

Designer-ul Ciprian Crăciun, semnatul colecțiilor SPENCER, ne propune o colecție numită „Evoluția ilicelor” care încearcă să readucă în prim-plan vestele de bărbați. Accesoriile sunt oferite de Honett, un brand apărut recent pe piață din Satu Mare, care se recomandă a fi aliatul bărbaților care își doresc un accesoriu vestimentar confecționat special pentru ei fiecare produs având inscripționat pe spate sau pe față numele purtătorului.

9. Nicoleta Obiș

Piese vestimentare din colecția street style "White Feeling" /spring-summer 2016, semnată de Nicoleta Obiș, sunt menite să confere o stare de spirit pozitivă, confortabilă și lejeră pe parcursul

întregii zile.

10. Raluca Mureșan&Anca Marian

Aflate la debut cu colecția „Avant-garde”, Raluca Mureșan și Anca Marian ne promit o prezentare avangardistă. Raluca, creatoarea ținutelor vestimentare, a îmbinat tradiționalul și modernul, creând o lume inedită, îndrăzneță și atractivă. Colecția se completează cu accesorii florale create manual, fiind o colecție de pionierat al Ancăi Marian, absolventă a facultății de peisagistică din Cluj Napoca.

11. Alexandra Catargiu

Alexandra Catargiu va invita să descoperiți un univers de senzații ce se ascunde printre petalele florilor de mărgelă, făcându-vă să trăiți esențialul vieții: dragostea și pasiunea. O colecție de bijuterii handmade, „Nemuritoarele de ATC”.

12. CM - creation de mode - Sebastian David

Colecția "SHAPES" reprezintă o nouă aventură de imagine, Sebastian David reinterpretând pantalonul în garderoba feminină, aceștia fiind completați de structuri inspirate din estul îndepărtat, combinate cu decupaje elaborate.

13. Mihaela Cirlugea

Colecția „Nonchalance” este compusă din ținute vaporose din dantelă, triplu voal, tafta, culori vii, mănăși, pene; totul

degajând un aer proaspăt și optimist.

14. Lorand Coza

A pregătit o colecție exclusiv masculină, dedicată bărbaților emoționali, sensibili, cu o puternică înclinație artistică. Colecția cuprinde ținute alcătuite din pantaloni de costum până la gleznă, sacouri la 4 nasturi colorați și diferiți.

15. Ramona Napradean

"TRUE" este o colecție plină de forță și finețe alcătuită din rochii feminine, elegante cu linii fluide. Creațiile sunt sembrate cu flori robuste, din fibră naturală (lână împăslită) prelucrate manual de designer, bucată cu bucată.

16. Lct Collection

Echipa L CT COLLECTION SRL a creat o colecție menită să impresioneze prin calitate și simplitatea țesăturilor folosite. Costumele din colecția OPEN OFFICE sunt uniforma bărbatului pentru care imaginea contează, ținutele lor fiind un adevărat must have al sezonului, fie că abordați stilul sobru sau extravagant.

17. Ioana Călin

Ioana Călin a fost desemnată „Cel mai bun designer de rochii de mireasă” din România, în cadrul Galei „Romanian Fashion Awards”, eveniment ce a avut loc pe 6 decembrie 2015 la București. La Fashion's Night Out va prezenta colecția „Believe in Fairytales” cu accesorii create de Diana Măndruț.

Experimentele efectuate la Universitatea Stanford demonstrează efectul vindecător al sucului de varză asupra ulcerelor gastrice și duodenale. Timpul de vindecare pentru pacienții cu ulcer care au băut un pahar de suc proaspăt de varză (200-250 ml) de 4-5 ori pe zi s-a scurtat la două săptămâni. De asemenea, durerea de stomac a dispărut în câteva zile de la începerea tratamentului cu suc de varză.

Consumul legumelor din familia verzei ne ajută să ne protejăm de multe boli



Multe civilizații au încercat să cultive plante capabile să vindece o serie întreagă de boli, de la surzenie până la tulburări gastrointestinale și gută.

Varza a fost cu precădere apreciată de către greci și romani ca un aliment foarte important din punct de vedere medicinal, ajungând la un moment dat chiar să întrecă usturoiul ca remediu preferat.

Familia cruciferelor

Denumirea de crucifere provine de la forma distinctă, în cruce, a florilor tuturor legumelor crucifere, pentru care varza este prototipul. Poate părea greu de crezut, dar toate speciile principale de varză care există astăzi, printre care broccoli, conopida, varza de Bruxelles, gulia și varza creastă, provin din varza sălbatică. De fapt, de la această plantă, Brassica oleracea, care mai crește spontan pe stâncile crestate și tărâmurile Angliei, în sud-estul Europei și în zona Marii Mediterane, oamenii au adoptat prima dată varza și au forțat evoluția selectând, acum circa patru mii de ani, soiurile cu proprietăți care se conformau gusturilor culinare de atunci.

Soiurile de varză se deosebesc în funcție de partea în care planta investeste cea mai mare energie de creștere. Dacă vorbim de dezvoltarea în frunze, avem varza albă, varza roșie, varza creastă. Prin dezvoltarea în inflorescență, apar conopida și broccoli. În cazul în care leguma se dezvoltă la baza tulpinii vorbim despre gulie. În sfârșit, dezvoltarea vâstarilor duce la apariția verzei de Bruxelles.

Scăderea spectaculoasă a riscului de a face diferite tipuri de cancer observată la indivizii cu o dietă bogată în legume crucifere sugerează că alimentele acestea reprezintă o sursă importantă de compuși fitochimici. Într-adevăr, dintre toate plantele comestibile, legumele crucifere conțin probabil cea mai mare varietate de compuși fitochimici cu activitate anticancer.

Pe lângă proprietățile anticancerigene, legumele din familia verzei au multe alte proprietăți alimentare, terapeutice și medicinale, motiv pentru care sunt situate în topul recomandărilor pentru o nutriție sănătoasă.

Varza vindecă ulcerele

Frunzele netede, de un verde deschis, ale acestui tip de varză sunt delicioase. Este ideală pentru sarmale, poate fi întrebuințată în numeroase feluri de mâncare și poate fi tocată și consumată în stare proaspătă. Varza murată este un purificator eficient al sângelui și ar trebui inclusă în dieta diabeticilor și a persoanelor obeze. Dacă optăm pentru varza murată proaspătă, se păstrează cel mai bine proprietățile sale medicinale. Poate fi preparată cu ulei de măsline și amestecată cu bucăți de ananas sau măr. Varza murată gătită se obține după ce se fierbe la foc mic timp de 20-25 minute și se consumă împreună cu cartofi fierți, piure de cartofi sau produse din soia.

De-a lungul istoriei, varza a fost considerată un aliment pentru săraci. Această concepție nefavorabilă s-a schimbat când s-a descoperit acum câteva decenii că varza oferă un grad de protecție față de unele boli canceroase.

Frunzele de varză conțin o mare varietate de nutrienți și de aceea are și alte efecte medicinale, cum ar fi cel de prevenire și de tratare a ulcerelor sau a diabetului, sau chiar proprietăți antibiotice.

Experimentele efectuate la Universitatea Stanford demonstrează efectul vindecător al sucului de varză asupra ulcerelor gastrice și duodenale. Timpul de vindecare pentru pacienții cu ulcer care au băut un pahar de suc proaspăt de varză (200-250 ml) de 4-5 ori pe zi s-a scurtat la două săptămâni. De asemenea, durerea de stomac a dispărut în câteva zile de la începerea tratamentului cu suc de varză. Substanțele sulfurate din varză acționează ca un antibiotic, ajutând la echilibrarea florei bacteriene din intestin în caz de infecție. Sucul proaspăt de varză (o jumătate de pahar de 3-4 ori pe zi) poate fi folosit în completarea tratamentului pentru colită, fermentație și dezechilibru bacterian la nivelul intestinului.

Conținutul de calciu al verzei este semnificativ (aproximativ jumătate din conținutul de calciu al laptelui).

De asemenea, calciul din varză este foarte ușor absorbit de organism. În consecință, varza este alimentul de care trebuie să se țină cont în caz de osteoporoză, dar și în orice situație în care este necesară creșterea nivelului de calciu. Varza furnizează foarte puține calorii, dar dă senzația de sațietate. Din acest motiv și datorită conținutului ei

ridicat de vitamine și minerale, varza este ideală pentru persoanele obeze. Ea ar trebui inclusă în orice tip de cură de slăbire. Pentru a reduce flatulența generată de varză, trebuie alese numai frunzele cele mai fragede, care apoi sunt tăiate felii subțiri, puse puțin pe foc, amestecate cu lămâie, ulei și plante care reduc flatulența (fenicul, chimen). Varza trebuie mestecată bine și amestecată bine cu saliva. Nu trebuie consumată împreună cu alte alimente de origine vegetală bogate în celuloză, ca, de exemplu, cereale integrale sau tărâțe.

Broccoli este benefic pentru inimă

Broccoli constituie o variantă a conopidei. Spre deosebire de conopidă, inflorescențele de broccoli sunt formate din flori mai mari, mai puțin dense. Culoarea lor variază de la verde la violet.

Cultivarea de broccoli a înregistrat o creștere semnificativă atât în Europa cât și în America. Se mănâncă mai mult broccoli și mai puțină conopidă, posibil datorită faptului că broccoli produce mai puțină flatulență decât conopida și, pentru mulți, are o aromă mai plăcută. Dintre toate verzele, broccoli iese în evidență ca fiind printre cele mai bogate în proteine, calciu, betacaroten și vitamina C. Datorită conținutului caloric scăzut, lipsei de grăsimi și, mai presus de toate, echilibrului optim între sodiu și potasiu, broccoli este un aliment adecvat pentru persoanele care suferă de insuficiență cardiacă în orice stadiu. Favorizează eliminarea excesului de lichid reținut în țesuturi (edem), funcționând ca un decongestionant pentru sistemul circulator și pentru inimă.

Nivelurile ridicate de betacaroten și substanțe fitochimice sulfurate, fac din broccoli un aliment puternic anticancerigen, a cărui eficiență a fost demonstrată de o paletă întinsă de investigații științifice.

Broccoli trebuie fiert cât mai puțin pentru a evita pierderea proprietăților sale nutriționale.

Tulpinile sale moi pot fi consumate în salate, crude sau fierte ușor. Sunt foarte aromate, amintind de sparanghel. Datorită faptului că broccoli este o sursă excepțională de compuși anticancer, această legumă ar trebui consumată cu regularitate.

Ing. chimist Mircea Georgescu
Tel. 0721202752

Dieta în cuplu are mai mult succes



Studiile spun că oamenii care încep o dietă în cuplu - adică simultan cu partenerul de viață - au mai mult succes decât dacă ar porni pe drumul regimului singuri.

Cu siguranță nu aveam nevoie să vedem scris negru pe alb aceste lucruri ca să știm că sunt cât se poate de adevărate. Trebuie doar să ne analizăm pe noi. Cui îi pică bine și îi mai arde de dietă când ajunge acasă și își găsește jumătatea scufundată într-o gălețușă de înghețată de vanilie? Sau când peste drum de făruriile regulamentară cu pește și broccoli zace un vulcan de

cartofi prăjiți împrejmuit de mititei.

Parteneri spre sănătate

Studiul face parte dintr-o cercetare mai amplă care a vrut să afle clar dacă are vreo importanță faptul că un cuplu decide în același moment să slăbească, să nu mai fumeze, să facă sport etc. Și cercetătorii au aflat că are o importanță și încă una mare.

De altfel, spun că este o cale sigură spre scăderea numărului de cazuri de obezitate și de îmbolnăviri de cancer. Așa că susțineți-vă partenerul cu toate forțele atunci când face schimbări în stilul de viață și trăiți modificările cot la cot cu el.



ATO MEDICAL VEST

În relație contractuală cu Casa de Asigurări de Sănătate, oferă produse decontate total sau parțial

Ne găsiți în Satu Mare, str. Gheorghe Lazăr, nr. 1, jud. Satu Mare, și la tel/fax: 0261/726.101, mobil - 0737.518.461 0720.047.485

**Orar:
luni - vineri
8:00 - 16:00**

Galeria de artă „Dr. Mihai Pop” (Str. Victoriei, Nr. 140) adăpostește expoziții temporare de artă plastică locală, etnografie și artă populară, fotografii din colecția I.G. Andron ș.a. Dintre evenimentele găzduite de galerie amintim: „Târgul mărișorului”, „Art Bunavestire” - 25 martie (expoziție anuală de artă plastică contemporană), „Versus, dar împreună” (expoziție anuală de fotografie), „Târgul de Crăciun” etc.

EDUCAȚIE

Colegiul “Ioan Slavici” s-a calificat pentru faza națională a concursului “Cultură și civilizație în România”



Etapa județeană a Concursului interdisciplinar “Cultură și civilizație în România” s-a desfășurat la Școala Gimnazială „Grigore Moisil” Satu Mare, pe 31 martie 2016.

Concursul, adresat elevilor de liceu, cuprinde pregătirea unui portofoliu și a unui proiect de conservare a unor obiceiuri, tradiții, mentalități, a particularităților de limbaj, comportamente, port, identificarea și evidențierea dimensiunilor interculturale.

Premiul I a fost acordat echipajului Colegiului Național „Ioan Slavici” Satu Mare format din elevele Florescu Alexandra, Noje Alexandra, Pinteș Denisa, profesori coordonatori David

Radu, Dragoș Alina și Florea Irina. Elevii au prezentat lucrarea „Șura codrenească” la secțiunea de concurs „Studiu privind particularități etnografice/etnologice și lingvistice locale”. Acest echipaj va reprezenta județul Satu Mare la etapa națională a competiției, care va avea loc în perioada 30 mai - 1 iunie 2016 la Suceava.

Premiul II în concurs a fost acordat echipajului Liceului Teoretic Carei format din elevii Ghiurcuța Ramona, Silaghi Simina și Hendea Matei care au prezentat lucrarea „Incursiune prin obiceiurile vieții de familie din zona Codrului”, profesor coordonator Monica Mădăras.

Informațiile ne-au fost comunicate de Inspectoratul Școlar Județean Satu Mare.

A consemnat V. Nechita

Pădurea pătrat rotundă, prezentată de trupa de teatru Harag György



Cea de-a patra premieră pentru copii prezentată de Trupa Harag György în această stațiune urmează să aibă loc sâmbătă, 9 aprilie, la ora 10.00 în sala mare a Casei de Cultură a Sindicatelor. Spectacolul realizat după romanul lui Lázár Ervin este regizat de Kányádi Szilárd, actor și regizor al trupei.

Directorul artistic al trupei, Bessenyei Gedő István, a menționat la conferința de presă organizată cu ocazia premierei că echipa a reușit să realizeze un spectacol care îi va încânta atât pe copii, cât și pe însoțitorii acestora. „Consider că aceste întâmplări au fost scrise în primul rând adulților, însă arta lui Lázár Ervin este caracterizată prin faptul că aceste car-

actere umane îmbrăcate în figuri animale, pot fi înțelese ușor și de către copii” - a adăugat regizorul Kányádi Szilárd.

Invitata Bertóti Johanna a realizat scenariul spectacolului

Scenariul spectacolului a fost realizat de Bertóti Johanna - invitată, dar tot de numele ei se leagă și versurile cântecelor interpretate în spectacol. Muzica a fost compusă de Moldován Blanka, înregistrările fiind realizate sub coordonarea maestrului de sunet Simion Bărnăuș. Scenografia spectacolului se leagă de numele lui Fornvald Gréti, iar coregrafia a fost realizată de Györfi Csaba. Regizor artistic și sufleur: Fábry

Zoltán.

Pădurea pătrat rotundă este un loc magic. Aici dispare tristețea și fiecare este acceptat așa cum e. În acest loc nu se acordă importanță faptului că cineva vede altfel lumea sau dacă este talentat, ori ba. Doar sentimentele, gândurile și cuvintele oneste contează în acest „mirific” colț de natură. Și, chiar dacă, din frică, prostie, egoism ori defetism, pătrunde aici ciuda, rea-voința, înfurmarea și furia, adevărul câștigă, în cele din urmă deoarece el este cea mai puternică forță pe întreg Pământul.

Bilete pentru spectacol se pot achiziționa la agenția teatrală de pe strada Horea de luni până vineri între orele 10.00 și 17.00, respectiv pe site-ul biletmaster.ro sau cu o oră înaintea spectacolului.

Eva Laczko

Programul de vizită al Muzeului Țării Oașului

Muzeul Țării Oașului este situat în centrul micului oraș Negrești-Oaș, județul Satu Mare, fiind structurat pe două secțiuni, respectiv Galeria de artă „Dr. Mihai Pop” și Muzeul Satului Oșenesc (muzeu în aer liber).

Galeria de artă „Dr. Mihai Pop” (Str. Victoriei, Nr. 140) adăpostește expoziții temporare de artă plastică locală, etnografie și artă populară, fotografii din colecția I.G. Andron ș.a. Dintre evenimentele găzduite de galerie amintim: „Târgul mărișorului”, „Art Bunavestire” - 25 martie (expoziție anuală de artă plastică contemporană), „Versus, dar împreună” (expoziție anuală de fotografie), „Târgul de Crăciun” etc.

Program de vizitare:
Luni-Vineri: 08 - 16

Muzeul satului oșenesc (Str. Livezilor, Nr. 3-5) este situat într-un spațiu deosebit de pitoresc, sugestiv pentru

relieful zonei Oașului. Așezarea sa pe malul râului Tur a făcut posibilă amplasarea unor instalații tradiționale acționate de apă: moară, vâltoare, pălincie, dărăcă, piuă, majoritatea fiind funcționale și utilizate de localnici.

Muzeul în aer liber al Țării Oașului este o reproducere în miniatură a satului oșenesc de altădată, cu exponate originale începând din secolul al XVII-lea, care amintesc de liniștea pastorală a acelor vremuri. Încă de la intrare, vizitatorul este fermecat de peisajul ce se deschide la picioarele-i într-un superb amfiteatru natural. Casele din lemn, construite pe fundații de piatră masivă și acoperite cu paie sau șindrilă, anexele pentru animale, mirosul de fân proaspăt cosit ne deconectează de agitația orașului și ne trimite cu gândul la o lume de poveste.

Program de vizitare

Luni-Vineri: 9 - 17
Sâmbătă: 9 - 14
Duminică: 9 - 17

7.500 de tineri participă la Evenimentul Tinerilor Europeni din Strasbourg

În 20-21 mai, Parlamentul European își deschide porțile pentru 7.500 de tineri în cadrul evenimentului “EYE 2016”. Evenimentul Tinerilor Europeni (EYE) va avea loc la Strasbourg pe 20-21 mai și va fi oportunitatea perfectă pentru ca 7.500 de tineri să-și facă vocea auzită.

În timp ce Europa se confruntă cu crize de mai multe feluri, participanți cu vârste între 16 și 30 de ani vor face schimb de idei despre viitorul Europei. După acest eveniment, un raport care va conține ideile discutate la EYE va fi prezentat eurodeputaților.

Cea de-a doua ediție va reuni tineri europeni cu persoane cu putere de decizie și va îmbina activități politice și educaționale. Ediția din acest an se concentrează pe următoarele teme: “Război și pace - Perspective pentru o planetă pașnică”, “Apatie sau participare - O agendă pentru o democrație dinamică”, “Excludere sau



acces - Represiune sau șomaj în rândul tinerilor”, “Stagnare sau inovație - Lumea în care vom lucra în viitor” și “Colaps sau succes - Metode noi pentru o Europă viabilă”.

Vor avea loc peste 150 de activități și peste 50 de grupuri și organizații

de tineret vor contribui la organizarea lor. Participanții la EYE sunt tineri din state europene, dar și din țări vecine sau state în curs de dezvoltare, vârsta medie a acestora fiind 21 de ani.

Theodora V.

Cadru universitar emerit, conducător de reviste literare și de cultură, inclusiv, la un moment dat, director al Centrului Cultural Român din Paris, poet, critic și istoric literar, publicist literar de forță, traducător al operelor unor mari personalități ale literaturii universale contemporane... Ion Pop, din 2015 membru corespondent al Academiei Române.

Profesorul universitar Ion Pop la o jumătate de secol de poezie

Mă gândesc, adeseori, că multe i-ar fi lipsit azi lumii dacă n-ar fi existat Echinoc - cenaclul și revista cu acest nume, apoi, celebra revistă Steaua, mai cu seamă, de n-ar fi existat acel dumnezeiesc punct al universului: „Babeș-Bolyai”, Cluj-Napoca.

Lumea nu s-a schimbat după apariția în 1968 a revistei Echinoc, nici chiar în cei 14 ani în care la conducerea revistei s-a aflat Ion Pop, nu avea cum, dar „regimentul” de scriitori care a apărut și a gravitat în jurul imensei mișcări literare studențești clujene a adus și aduce mari contribuții la dezvoltarea și promovarea literaturii române în țară și străinătate. Așa că, într-un anume fel, lumea s-a schimbat.

Cadru universitar emerit, conducător de reviste literare și de cultură, inclusiv, la un moment dat, director al Centrului Cultural Român din Paris, poet, critic și istoric literar, publicist literar de forță, traducător al operelor unor mari personalități ale literaturii universale contemporane... Ion Pop este din 2015 membru corespondent al Academiei Române.

Aș putea spune că îl știu bine pe poetul și criticul literar Ion Pop pentru că încă din anii 70 l-am citit, săptămână de săptămână, lună de lună, în revistele literare și de cultură clujene și nu numai. Îi caut și citesc interviurile pe care le realizează, cele pe care le acordă, am în mica mea bibliotecă majoritatea cărților sale de poezie și critică literară, cum le am pe cele ale multor alți scriitori clujeni importanți.

Spun aceste gânduri după ce, zilele acestea, am putut citi cele 555 pagini de poezie de Ion Pop și notele critice despre poezia acestuia, socotindu-mă un om norocos... din moment ce în orașul meu, de o vreme, nu mai există o librărie de unde să pot cumpăra o astfel de carte... Dumnezeule! Sunt 45 de ani de poezie (1966 - 2011) a unuia dintre importanții poeți români contemporani.

Da, poezia s-a desăvârșit, e un izvor, e o cascadă, un fluviu, din secolul ce a fost și din secolul acesta, e replica de argint a

lumii... ori adăpost al atâtor „flămânde metafore”...

Aflăm de aici cum se trag liniile prin lume, cum pianul ocrotește o grădină de flori pentru zei și pentru caii stelari, cum o cruce se vede crescând sub zborul păsării albe... să zicem prin subtila MÚZICĂ (pag.28 - 29): „Oprește-te puțin. Ascultă/cum se trag liniile prin lume,/la margini de lucruri, încet,/pe câmpuri, de-a lungul șerpilor, lângă râuri,/pe frunze și ziduri și porți,/cum cad prin poduri de case/conturile vechi/și de pe fețe ovale/printre rădăcini, cu frunzele uscate,/cum crește/o cruce sub zborul păsărilor./Cum se tot uită-n sus această grădină - / nu va urca niciodată spre cer/mai mult decât ierburile pe care le crește - / cum pare tot mai mult un ochi / căzut din noaptea unui zeu uitat. / Cum se-mplinește în jurul cumpenei de la fântână / dreptatea, / dreptatea, / dreptatea, / deasupra vieții noastre care / plutind se lovesc una de alta, / lacrimi mari / înnegurând universul.” Subtil, apoi, trecem dincolo de lacrimă, chiar... „Drept ar fi să nu te-ntristezi niciodată, / Din țara ta și-ai ales abia perceptibila linie / ce desparte uscatul de ape, / acolo stai, jumătate pământ, jumătate mare, / cu o ureche scoică și alta de carne, / Cu un ochi în azur, cu altu-n fântâni pământene. / Pentru cei ce vor trece și vor veni / prin partea ta dreaptă, mereu / focuri pe culmi va aprinde iarba, vestind / amenințările dragostei, / și nu rareori vei simți / suverane migrații - strămoșii / părăsindu-și pietrele pe câmpuri, călătorind / printre izvoare și rădăcini, / să-și lipească urechea de mare. / Până la jumătate vântul își va fi vânt, / dincolo - dor, / ploile - ploi, dincolo lacrimă, / în dreapta așteptarea Penelopei, / Ulise-n stânga, rătăcind pe mări. / Tu vei avea o moarte de balanță” (TIPARE).

Parabola torturii, căci există și tortură, se arată în poem ca o constatare prealabilă paușală, ecoul neavând vreo importanță... că mai sunt ori nu câțiva metri de sânge: „Dacă tot e să mă strivești, / să fie măcar cu o roată nouă, / cu o șenilă mai aurită, / cu un ciocan de argint, / cu o cizmă lustruită bine, / ori cu cel mai curat dintre

degete. // Să nu rămână și mai pătată pata de sânge, / să se inființeze cât de cât demnă / la dreapta, de apoi judecată / a apelor” (ULTIMĂ RUGĂ).

Jocul de-a destinele

Poetul ne pare de obicei într-o postură meditativă, amestec de reverie cotidiană și aluzie livrescă: „și-a rămas și această pâine / și-acest pahar cu vin. / Să le iei. / Să mănânci. / Să bei. / Singur cu trupul / și sângele tău. // și pretutindeni, / atâtea flămânde metafore. // Foarte concret murind, / să mai rămână din tine / doar Îngerul, vai, cel Abstract, / păzitorul / de litere” (PÂINE ȘI VIN).

Jocul de-a destinele, ca pe tabla de șah, duce poemul spre ora meditativă, nicicum a privirii înapoi cu mânie: „Lângă o pată de întuneric / ținând toată viața / o floare aprinsă în mâini. // Fără să vezi cum în locul florii / apar altele, rând pe rând, / ca într-o ștafetă de candelă. // Nebăgând nici măcar de seamă / când cineva, obosit, de moarte, / își schimbă mâinile.” (IN-SCRIPTIE). Mai apoi poetul ne avertizează, prevenitor: „Nu vă speriați. Nu vă pân-dește / nici o primejdie. Puteți / să treceți liniștiți pe lângă mine. / Nu are nici un rost să vă vărăți / degetele-n urechi, / nici să vă ascundeți / după copac / ori pe după zid. Nu, nu vă fie teamă. Astăzi nu, / nu voi urla, / din când în când / mai trebuie să arătăm și puțin respect / pentru ordinea universală” (ASTĂZI NU).

„Da, iubită prietenă, s-ar putea / să murim și noi, definitiv”... vedem scris în poemul dedicat Ioanei, în memoriam. Îl contrazic pe poet pentru acel „s-ar putea”. Sigur e că poezia este regina artelor. Atunci, poezii, s-ar putea?... „să moară definitiv”? Nu, poetul nu moare niciodată! Punct. Poetul e, uneori, doar „ancorat” în durerea, în suferințele celorlalți. Dar, hai să vedem mai departe: „...să citez din memorie / versurile celebre în care valurile / fac loc altor valuri, / iar soarele stins în cer / lasă să se nască alt soare. // La toate aceste sfaturi ale Înțelepciunii / nu pot răspunde decât, / foarte simplu, că e păcat. / Atâta tot, e păcat. / Am fost, totuși, sarea care-a



Ion Pop a fost director al Centrului Cultural Român din Paris

văzut sarea, / apa care s-a oglindit în alte ape, / flacăra bucuroasă că luminează, / și adiere de vânt am fost, / și furtună știind că-i furtună...” (DA).

Un poem-maraton, datat 3 decembrie 1989, se ivește spre a dăinui în timp, așa: „Zăpadă, zăpadă, zăpadă - / dar nu mai cade din cer / ca odinioară, într-un poem, / moartea petelor. // Să nu fie, vai, niciodată, / să nu fie-n pericol cenușii?” (CA ODINIOARĂ, ÎNTR-UN POEM). Prin această antologie de autor - din colecția ECHINOX, îngrijită de Horia Bădescu și Eugen Uricaru - Ion Pop ne oferă șansa de a înțelege, de a nu uita că în univers există o stea care va rămâne... sus!

Volumele de poezie care au stat la baza alcătuirii acestei antologii sunt: Propuneri pentru o fântână (1966), Biata mea cuminenie (1969), Gramatică târzie (1977), Soarele și uitarea (1985), Amânarea generală (1990), Descoperirea ochiului (2002), Elegii în ofensivă (2003), Litere și albine (2010), În fața mării (2011).

Vasile Mic

Poemele lui Gheorghe Cormoș

O călătorie în zori (În șaua lui Schagall)

Poate că povestea are asemănare:
Dezluminat ca fulgerul în zori
A fost odată un vis așa de mare
Că a ntrerupt Amin-ul din culori

Pe loș de rădăcini nestins de teamă
O stepă suie în pigmentarea albă
Ca un izvor prelins prin geamă
Clocit de piatră și de luna oarbă

Din necuprins cu flami și ursitoare
Amurgul - un tăciune negru azvârlit
De cârțile surde zburătoare
Ce-au făcut tunel în soarele ivit.

Îndiguite caste cad pe boltă
Cu turnurile înfipte în pământ
Vărsând cu umilință și revoltă
Pe crusta lumii ultimul veșmânt

Un preamirat mistral al sorții
Suie în șaua lui Chagall

Să pictăm cu toți poeții
Iarbă crudă pe un cal.

Intimitate

Poruncind să locuiască
Tot mai departe
de largul latifundiar
al larmei
glasul vârstei
flășnetează
pe orgasmul norilor cirus
ca o incizie
pe floarea selenă...

Braconier

...în ținta
fierbinte
(Treime din înfățișarea cuvântului)
glonțul
sufletului
îmi salvează
asaltul

Pagină realizată de Ioan Anițaș

Un alt fel de reuniune literară

Recenta ședință a Cenaclului literar "Afirmarea" s-a desfășurat într-un cadru neconvențional. Locul de desfășurare a fost primitoarea casă a inginerului Cornel Burcea, un împătimit recitator, un foarte bun cunoscător al multor poeme scrise "ieri" și azi. La vârsta demnă de luat în seamă, Cornel Burcea s-a dovedit o gazdă de excepție, dar și un om care poate capta atenția celor pe care-i are în jur.

Din cadrul acestei întâlniri deosebite n-a lipsit alături de poezie muzica interpretată de Octavian Bud și de Georgeta Govor.

Întâlnirea literară a fost deschisă de poetul Gheorghe Cormoș, cel care a recitat câteva din poemele sale recente precum: "Șaua lui Șagal", "Circuit închis", "Zodiac", "Nimeni nu a avut curajul", "Viață suflet și serbare", "Tatăl meu".

Au vorbit despre poemele citite: Claudiu Govor, George Terziu, Liliana Lazăr, Mihai Sas. S-a punctat faptul că autorul este un poet serios, scrie poezii frumoase. Compozițiile sunt interesante și evidențiază sensibilitatea pictorului, a omului care la propriu știe să armonizeze culorile, să le aducă în prim plan pentru a încanta auditoriul. Poemele au impresionat-o. Ele duc ascultătorul, dar și cititorul, într-o lu-



George Terziu, Gheorghe Cormoș și Cornel Burcea și diploma de excelență

me tipică a lui Gheorghe Cormoș. Textele au muzicalitate, sunt foarte frumoase.

Punctul fierbinte al acestei reuniuni literare deosebite l-a reprezentat grupajul de poeme din lirica universală și românească recitate cu mult talent și dăruire de către gazda întâlnirii, Cornel Burcea. El a rostit poeme pentru mama, fiind recitate poeme ale lui Grigore Vieru, Vasile Militaru, Tiberiu Utan și inconfundabilul Serghei Esenin. Cel de al doilea calup de poeme a fost intitulat generic topărcianisme, din creațiile lui George Topârceanu. Cel

de al treilea calup a fost rezervat versurilor burgului, în cadrul căruia toți care au dorit să recite versuri au putut s-o facă. La acest capitol a excelat poetul George Terziu. Acesta, înainte de a-și citi poemele, i-a înmănat lui Cornel Burcea o Diplomă de excelență din partea editurii pe care o conduce. Atmosfera muzicală a fost asigurată de interpretările cantautorilor Georgeta Govor și Octavian Bud, secundați de Liliana Doboș-Lazăr. Muzica populară a fost prezentă prin participarea solistei Angela Munteanu.

Sanctuarul de la Seimeni este alcătuit din 59 de discuri având diametrele egale cu 20 metri. Unele sunt atât de apropiate încât se ating, alte sunt despărțite de "benzi" ce ar putea fi ziduri cu grosimi de până la 4 m. Într-o poziție centrală, pe unul din discuri, se observă o spirală care se strânge spre punctul din mijlocul discului, formând o rampă care la bază are o lățime mai mare de 8 m și care, îngustându-se spre interior, captează întreaga energie a spiritului care hrănește materia, propulsând-o spre întâlnirea cu divinitatea.

59 de discuri uriașe cu un diametru de peste 20 de metri, zac necercetate

Amplasarea sanctuarului nu permite desfășurarea ritualurilor ascunse de privirile unor neinițiați

"La mai puțin de 5 km de locul unde au fost găsite cele două figurine care se numără printre cele mai vechi și frumoase exemple de manifestare artistică a omului, Gânditorul și Femeie șezând, pe malul apei curgătoare a Dunării, acolo unde preferau să trăiască reprezentanții Culturii Hamangia, a fost descoperit în luna martie a anului curent un imens sanctuar (nu știm dacă este un sanctuar).

Numai cercetarea arheologică poate să ne spună, care prezintă cea mai mare concentrare de simboluri solare din Europa, descoperire sesizată într-un articol.

Pe unul din discuri, se observă o spirală

Sanctuarul de la Seimeni este alcătuit din 59 de discuri având diametrele egale cu 20 metri. Unele sunt atât de apropiate încât se ating, alte sunt despărțite de "benzi" ce ar putea fi ziduri cu grosimi de până la 4 m.

Într-o poziție centrală, pe unul din discuri, se observă o spirală care se strânge spre punctul din mijlocul discului, formând o rampă care la bază are o lățime mai mare de 8 m și care, îngustându-se spre interior, captează întreaga energie a spiritului care hrănește materia, propulsând-o spre întâlnirea cu divinitatea. Discurile prezintă o rigiditate diferită de cea a pământului din jur, acest fapt observându-se în zonele în care au loc alunecări de teren, discurile păstrându-și forma plată chiar și acolo unde terenul o ia la vale.

De fapt întreaga comună Seimeni alunecă în lunca Dunării, ultima alunecare de teren, cea din 2005, distrugând drumul de legătură între localitățile Dunărea și Seimeni, care și astăzi este im-



Două din cele 59 de discuri din Sanctuarul de la Seimeni cu diametre egale cu 20 de metri

practicabil.

În ansamblul sanctuarului de la Seimeni sunt prezente motive reprezentative a trei culte: Cultul Soarelui – discul, Cultul Marii Zeițe, în ipostaza de Zeiță Șarpe – spirala și Cultul apelor – Dunărea.

Până la descoperirea acestui sanctuar nu existau dovezi arheologice concrete care să confirme existența unui cult solar la populațiile carpato-dunărene. Un sanctuar de o asemenea mărime implică existența unui puternic cult și o numeroasă clasă sacerdotală structurată pe grade ierarhice.

Amplasarea sanctuarului la înălțimea de 85 m, pe coama unui deal, nu permite desfășurarea unor ritualuri ascunse de privirile unor neinițiați și construirea unor garduri în jurul sanctuarului ar fi fost inutilă – suprafața sanctuarului, înclinată spre poalele dealului, este perfect vizibilă de pe malul Dunării și din locurile mai înalte din apropiere.

Numai cele 59 de discuri au o su-

prafată de circa 20.000 mp iar în cazul în care discurile ar fi fost utilizate ca bază pentru desfășurarea diferitelor activități, ar fi fost antrenate peste o mie de persoane. Și acest fapt în condițiile în care discurile care se observă în prezent ar reprezenta o parte din totalul discurilor care alcătuiau sanctuarul. Pentru a construi zeci de discuri, impunând ca toate să aibă diametrul exact de 20 m, implică un efort considerabil și o foarte bună organizare.

În cazul în care discurile ar fi executate din blocuri de calcar iar aceste blocuri ar avea grosimea de 1 m, doar pentru construirea discurilor existente azi ar fi necesară o cantitate de piatră egală cu 50.000 tone.

Piatra ar fi fost transportată pe sănii de lemn de la 26 kilometri, din carierele situate lângă localitatea Medgidia.

Însă descoperirea complexului ceremonial de la Seimeni nu este singulară. La nici 25 kilometri de localitatea Seimeni, la limita de SE a localității Mireasa,

a fost descoperit în luna aprilie anul curent un alt sanctuar care prezintă patru discuri cu diametre egale cu 26 m, amplasate și compartimentate în mod similar cu cele existente la Seimeni. Au fost descoperite alte trei sanctuare situate la 70 kilometri de localitatea Seimeni, lângă localitățile Vârtoș și Albești, pe malul Mării Negre.

Între cele 13 noi discuri ale sanctuarului, există două care au diametrele egale cu 28 m, reprezentând cele mai mari discuri descoperite până în prezent în zona carpato-dunăreană.

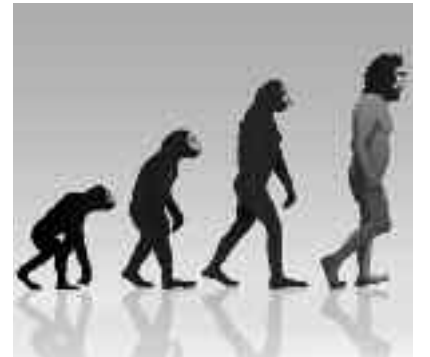
Astfel, pe o distanță de 75 kilometri în linie dreaptă, există cinci sanctuare care prezintă cel mai clar și sugestiv motiv solar – discul. Sanctuarele mai mici de la Mireasa, Vârtoș și Albești ar fi servit practicării ritualurilor curente, iar la anumite intervale, o dată pe an, s-ar desfășura un amplu ritual la Seimeni.

Nici un izvor istoric nu este explicit când este vorba despre caracterul solar sau htonic al religiei geto-dacice.

Gorilele și oamenii, mai apropiați din punct de vedere genetic decât se crede

O nouă cercetare a relevat faptul că gorilele și oamenii sunt mai apropiați din punct de vedere genetic decât s-a recunoscut în trecut, informează Reuters.

Teste efectuate pe o gorilă pe nume



Susie au oferit o perspectivă nouă privind asemănările și diferențele genetice dintre oameni și aceste maimuțe pe cale de dispariție, care sunt printre rudele noastre cele mai apropiate.

Oamenii de știință au dezvoltat joi o versiune îmbunătățită a genomului gorilei, bazat pe ADN-ul lui Susie, o gorilă de câmpie estică, în vârstă de 11 ani, aflată la grădina zoologică Columbus din Ohio.

Noile date umple multe lacune existente în prima hartă genetică a gorilei publicată în 2012.

Noua cercetare a relevat faptul că gorilele și oamenii sunt într-o oarecare măsură mai apropiați din punct de vedere genetic decât s-a recunoscut în trecut, cu o divergență genetică de doar 1,6 la sută.

Numai cimpanzeul comun (Pan troglodytes) și cimpanzeul pitic (Pan paniscus), numit și bonobo, sunt mai apropiați genetic de om.

Noul genom arată că unele zone ale diferențelor genetice includ: sistemul imunitar și de reproducere; percepția senzorială; producția de keratină, o proteină-cheie în structura părului, unghiilor și pielii; și producerea de insulină, hormonul care reglează nivelul de zahăr din sânge.

"Diferențele dintre specii îi pot ajuta pe cercetători să identifice regiuni ale genomului uman care sunt asociate cu capacitatea cognitivă mai mare, limbajul complex, comportamentul și bolile neurologice", a declarat cercetătorul Christopher Hill, de la University of Washington, unul dintre autorii care au condus studiul publicat în revista Science.

"Având genomuri complete și cu referiri exacte pentru a putea face comparații, cercetătorii pot să descopere aceste diferențe", a adăugat Hill, citat de Reuters la 31 martie.

Laboratorul Universității din Washington, care a inițiat studiul, lucrează la crearea unui catalog cuprinzător al diferențelor genetice dintre oameni și maimuțele mari: gorile, urangutani, cimpanzei și bonobo.

Studiile recente au estimat că liniile evolutive ale gorilei și omului s-au despărțit în urmă cu aproximativ 12 milioane până la 8,5 milioane de ani, a spus Hill.

Gorilele, care trăiesc de obicei în zone de șes și în păduri tropicale din zone montane în Africa centrală, sunt cele mai mari primatide din lume, grup de mamifere care include lemuri, maimuțe și oameni. Masculii adulți ajung până la aproximativ 200 de kg.

Gorile își petrec aproximativ jumătate din timp ronțând tulpini, muguri de bambus și o serie de fructe. Populațiile lor sunt amenințate de activitățile umane, cum ar fi distrugerea habitatului și vânarea lor ilegală pentru carne.

O probă de sânge de la Susie luată când gorila se afla la Lincoln Park Zoo din Chicago a oferit baza pentru secvențierea genomului.

Pagină realizată de Mihai G.

Mustața și jobenul, "must-have"-urile modei bărbătești din secolul al 19-lea

Moda a creat de-a lungul veacurilor numeroase moravuri și năravuri, unele mai ciudate decât altele.

În secolul trecut, mustața dădea identitatea masculinului mai sigur decât orice document, iar un bărbat ideal fără pilozități faciale vizibile era ceva de neînchipuit.

Jobenul a fost adus la București de către un negustor francez

În primăvara anului 1868, s-a instalat pe Calea Victoriei, în apropiere de Teatrul Național, un negustor francez, Jobin, care era hotărât să lanseze o nouă modă: pălăria neagră, tare și înaltă. Moda a prins și pălăria respectivă, care a luat curând numele negustorului, a intrat în peisajul orașului și în nomenclatorul comercial al timpului. Jobenul nu a stat prea mult timp numai pe capetele boierilor deoarece Mihai Pântazi, „primul pălărier român”, a deschis, tot pe Calea



Victoriei, lângă Prefectura Poliției, un magazin unde clienții găseau la prețuri rezonabile tot felul de pălării, dar mai ales jobene. Așa se face că în cele din urmă jobenele au ajuns să fie purtate de toate categoriile de bărbați care se țineau la zi cu moda. Paralel cu jobenul, a intrat

în folosință și gambeta, care era tot un fel de joben, dar cu calota ovală, din fetru negru, tare. I s-a spus și melon. Jobenul a dispărut în anii de după Primul Război Mondial, iar gambeta mai era încă la modă prin anii 1935-1940. I se alăturase însă bastonul. Un mare adept al jobenului a

fost ziaristul Constantin Mille.

Fier pentru mustață

Barba și mustața au fost purtate în secolul trecut de toate categoriile de bărbați, de la cei „de rând”, până la boieri. Numai actorii erau nevoiți să-și radă mustațile și bărbile, după cerința rolurilor interpretate. Scriitorul C. Cosco, în volumul său „Când era bunica fată”, ne spune că erau obligați să se radă și vizitii boierilor, care-și plimbau stăpânii cu trăsurile pe Calea Mogoșoaii și la Șosea. Mustața era marea problemă a modei bărbătești.

Frizerii timpului aveau, între sculele lor, și „un fier pentru mustață”. Pusă pe acest fier, mustața, oricât de nedisciplinată ar fi „se transformă subit în două lipitori sătule, perfect egale, cu cozile ca două sulite”. „Tot pentru rânduiala mustaților existau și niște plase care se prindeau cu gumilastic de urechi. Se aranjau mustațile cu pieptănul și, cu cât erau mai strânse gumilasticile, cu atât rezultatul presării era mai reușit”, mai spune scriitorul C. C.

Naomi Watts, despre viață, familie și drumul spre succes

Între actrițele de top ale Australiei, Naomi Watts este devotată atât familiei și copiilor ei, cât și meseriei sale, pe care o practică de aproape 25 de ani cu mult succes.

Prima ei regulă de creștere și educație a copiilor în cazul în care te bucuri de faimă - nu te grăbi să arăți produsul muncii tale copiilor. Această măsură se bazează pe experiența din unica ocazie când a cedat cererilor repetate ale fiului ei cel mic să vadă puțin din filmul "King Kong", în care Naomi jucase în 2005. "Există poze în casa noastră cu mama în brațele unei gorile uriașe. Ce copil nu și-ar dori să afle mai multe despre asta?" își amintește actrița. "După doar câteva secunde din trailer-ul filmului, micuțul meu a început să se panicheze când a văzut-o pe mama lui pe ecran în situații limită."

La 47 de ani, Watts se poate lăuda cu rezistența ei. Ani de zile s-a zbatut să-și găsească un loc al ei la Hollywood după o copilărie pe care ea însăși o descrie "cel puțin lipsită de consecvență". Născută într-un oraș de pe litoralul sudic al Angliei, Naomi avea 4 ani când mama ei, dealer de antichități și designer de interioare, s-a despărțit de tatăl ei, inginer de sunet al trupei Pink Floyd. Peter Watts, a cărui voce și râs nebunesc poate fi auzit pe fundalul albumului "Dark Side of the Moon", a murit de o presupusă supradoză de heroină când actrița avea 7 ani. "Mi-aș dori să pot spune altceva, dar nu îmi amintesc de tatăl meu."

Vedeta și fratele ei mai mare s-au mutat în Australia împreună cu mama și tatăl vitreg pe când Naomi avea 14 ani. "Mama era tânără și nu avea nu știu ce planuri. Cred că e vorba de o combinație între tărie de caracter, perseverență și să te convigi pe tine că lucrurile sunt în regulă chiar dacă nu obții rezultatele pe care ți le dorești - asta am învățat de la ea. Chiar dacă ești criticat și atacat, continui să mergi înainte. Aceasta este, de fapt, determinarea omenească."

A început să o atragă actoria după ce a vizionat pelicula "Fame" la o vârstă fragedă și a urmat cursuri de specialitate înainte de a merge în Japonia să lucreze ca model spre finalul adolescenței. Succesul a fost sporadic la început. A obținut un rol într-un film romantic australian, în 1986, dar rolurile ce au urmat au făcut parte din categoria celor de care râde lumea pe YouTube. Pe când avea 18 ani, Naomi a filmat o reclamă la Tampax pentru televiziunea australiană. Dar chiar și acel contract a ajutat-o să meargă mai departe pe drumul ei. "Tocmai terminasem liceul și nu prea am stat pe gânduri. Eu consideram că banii obținuți îmi vor prinde foarte bine pentru că puteam să-mi iau o mașină cu care să merg la audii și astfel să nu mai fiu nevoită să iau autobuzul." La cursurile de actorie a cunoscut o altă viitoare vedetă care avea să o ajute și pe ea. Nicole Kidman i-a devenit prietenă, mentor și personaj principal în filmul care a reprezentat debutul lui Watts la Hollywood. "Nic a fost incredibil de generoasă, prezentându-mă unor persoane importante și demonstrându-mi că o australiană oarecare poate să ajungă cunoscută." Dar pe măsură ce Kidman obținea roluri în producții din ce în ce mai spectaculoase, Naomi, care trăia deja în Los Angeles, de-abia reușea să supraviețuiască. "Își aduce aminte cum petrecea ore întregi pe drum pentru a merge la audii, dar nimic nu a făcut-o să renunțe la visul ei, chiar dacă mulți îi spuneau că nu va reuși în această industrie. "Mă străduiam să gândesc pozitiv. Decât să mă stresz de ce nu obținusem un rol, îmi repetam că sunt actriță



cu acte în regulă, am un agent și totul va fi bine până când va apărea ceva potrivit și pentru mine." Iar acel ceva avea să fie controversata producție "Mulholland Drive". Chiar și după mai mult de 10 ani petrecuți în lumea filmului, Naomi Watts era o necunoscută în pelicula din 2001 a lui David Lynch. Scenele și personajele ciudate i-au uimit pe spectatori, dar filmul a devenit un clasic. Agenții au început să o caute și să-i ofere scenarii, iar marii regizori voiau să o întâlnească. Doi ani mai târziu obținea prima ei nominalizare la Premiile Oscar, pentru interpretarea unei foste dependente de droguri care se zbatea să ducă o viață normală, în "21 Grams".

Au urmat alte proiecte importante și o altă nominalizare la Oscar pentru filmul din 2012, "The Impossible", bazat pe o poveste adevărată a unei mame aflată în mijlocul tsunami-ului din Thailanda. Fanii genului horror au adorat-o și în cele două producții "The Ring". "Chiar dacă simți o legătură puternică cu materialul pe care-l joci, deseori nu iese așa cum ai crezut. Nu e cu nimic mai diferit față de orice altceva din viața reală. Nu poți calcula cum vor ieși lucrurile până la urmă. Tot ceea ce poți să faci este să încerci să te distrezi, să te forțezi să fii foarte bun, să fii alături de oameni pe care-i plăci și să rămâi prezent în ceea ce faci. Restul este, de fapt, în afara puterii tale de control."

Când nu este la filmări, ziua ei începe devreme cu o ședință de meditație, apoi pregătește micul dejun pentru cei doi băieți ai ei - Sasha, în vârstă de 7 ani și Kai, de 6 ani - îi duce la școală, mai face puțină mișcare și citește scenariul. Watts face parte din comitetul de conducere al Academiei de Artă din New York și este ambasadoare a bunăvoinței la ONU de 10 ani de zile, dedicându-se mediatizării problemelor legate de HIV/SIDA. Cu toate acestea, agenda ei este mai liberă în unele zile, singura ei provocare fiind alegerea cărții pe care să le-o citească seara copiilor.

Naomi și partenerul ei, actorul Liev Schreiber, încearcă pe cât posibil să nu fie plecați pe platourile de filmare în același timp, astfel încât unul dintre ei să se poată ocupa de copii. Nu sunt căsătoriți, dar și-au promis că vor menține lucrurile stabile în viața lor de dragul celor doi copii. Înainte de Schreiber, Naomi a avut o relație de șapte ani cu un alt actor cunoscut, australianul Heath Ledger. Întrebată fiind într-un interviu dacă relațiile sunt mai dificile când ambii parteneri sunt persoane publice, ea nu a ezitat, spunând: "Relațiile sunt dificile fie că ești faimos sau nu. Nu cunosc pe nimeni care să nu fie nevoit să se străduiască ca lucrurile să funcționeze. Faptul că ești actor nu schimbă cu nimic situația. Sunt sigură că lucrurile stau la fel și când ești medic sau avocat. Sunt meserii stresante, cu multe ore petrecute la locul de muncă, ieșiri neașteptate uneori și trebuie să găsești o modalitate de a fi prezent în toate."

Agenda ei de lucru este destul de încărcată. Apare alături de Liev într-un film despre viața unui boxer, urmând să fie lansate alte trei pelicule în perioada următoare. Actrița ezită să spună că aceasta este perioada de glorie a muncii ei de până acum. "Aceasta nu este viața pe care mi-am imaginat-o. Din multe puncte de vedere, este cu mult mai bună. Dar cu toate acestea, mă uit la ceea ce ar fi posibil - mă uit la Frances McDormand, Helen Mirren sau Meryl Streep și-mi spun că mai este mult loc pentru a crește și a deveni mai bună. Secretul este să faci tot ceea ce poți pentru a-ți duce la îndeplinire visele, dar să nu uiți să prețuiești ceea ce ai."